



Costa do Sol:

Recuperar o Turismo de Saúde de Acesso a Todos

Ana Patrícia Botelho dos Santos

Orientadora

Doutora Graça Pedroso

Coorientador

Mestre Arquiteto Pedro Vasconcelos Rodrigues

Lisboa

2018



FUNDAÇÃO
Ricardo do Espírito Santo Silva.



Escola Superior de
Artes Decorativas

Costa do Sol:

Recuperar o Turismo de Saúde de Acesso a Todos

Trabalho de Projeto apresentado na Escola Superior de Artes Decorativas da

Fundação Ricardo do Espírito Santo Silva para obtenção do grau de

Mestre em Design de Interiores.

Ana Patrícia Botelho dos Santos

Orientadora

Doutora Graça Pedroso

Coorientador

Mestre Arquiteto Pedro Vasconcelos Rodrigues

Lisboa

2018



Dedicatória

*“Tente mover o mundo – o primeiro passo
será mover a si mesmo.”*

- Platão

Aos meus pais.

Ao Pedro Amaral.

Agradecimentos

À **Doutora Graça Pedroso** e ao **Arq. Pedro Rodrigues** pela disponibilidade e incansável dedicação neste projeto, mesmo quando a minha disponibilidade horária não era a melhor, orientando-me na melhor direção às respostas que procurava.

Aos Professores **Ana Coelho**, **Arq. Inês Rodrigues**, **Arq. Carlos Travassos**, **Doutora Fernanda Pinto Bastos**, Prof. **Paulo Moreira** e **Arq. David Carvalho** que, cada um à sua maneira, transmitiram conhecimentos e opiniões enriquecedoras para este projeto e para o meu futuro profissional.

Aos **funcionários** da Escola Superior de Hotelaria e Turismo do Estoril, Arquivo Municipal de Cascais e Loja de Cascais, pela atenção e generosidade, ajudando-me a conseguir as informações que necessitava.

Aos meus **Pais**, pelo apoio e motivação para voltar a estudar e seguir os meus sonhos.

Aos meus **amigos**, pela disponibilidade e paciência nos momentos mais desafiantes e desmotivantes.

Aos meus **colegas de trabalho**, que sempre me motivaram a concluir este trabalho de projeto.

Aos meus **tios e avó**, pelo orgulho demonstrado e apoio nesta jornada.

À D. **Idália Amaral**, pelas palavras de incentivo e apoio.

E ao **Pedro Amaral**, pelo apoio, respeito, dedicação e ajuda ao longo destes quatro anos de “suor e lágrimas”.

A todos, **muito obrigada!**

Resumo

O presente Trabalho de Projeto “*Costa do Sol: Recuperar o Turismo de Saúde de Acesso a Todos*” tem como intenções reabilitar um dos muitos edifícios abandonados da região de Cascais e recuperar o termalismo popular dos “Banhos da Poça”, que pertenciam à Santa Casa da Misericórdia de Cascais. Na região de Cascais existe um Turismo de Saúde direcionado à população em geral que, nos dias de hoje, não é valorizado, tornando-se em Turismo de Saúde e Bem-Estar: Spas, que não são acessíveis ‘a todas as carteiras’ – as terapêuticas naturais deveriam, por norma, ser acessíveis, e este torna-se um dos principais objetivos deste projeto de reabilitação.

O **Estudo do Objeto** centra-se na análise ao edifício Chalé S. Pedro, no Estoril, e tem por objetivo conhecer a sua arquitetura e reabilitá-lo, respeitando os seus limites e espaços e dar-lhe uma nova função.

O **Estudo da Temática** pretende conhecer que terapêuticas naturais existentes, os tipos de tratamento, a classificação química das águas, as patologias que podem ser tratadas por meio de termalismo, bem como as nascentes existentes no território nacional. Houve, também, a necessidade de estudar a história da arquitetura termal e analisar dois casos de estudo de nascentes existentes.

Palavras-chave:

Terapêuticas, Naturais, Termais, Veraneio, Reabilitação, Tratamento, Prazer

Abstract

The present Project “*Costa do Sol: Recovering Health Tourism Access to All*” aims to rehabilitate one of the many abandoned buildings in the region of Cascais and recover popular baths from “*Banhos da Poça*”, which belonged to Santa Casa da Misericórdia de Cascais. In the zone there is a Health Tourism directed to the general population, which is nowadays not valued, becoming Health and Wellness Tourism: Spas, which are not accessible 'to all wallets' when natural therapies should, as a rule, be accessible, and this becomes one of the main objectives of this project.

The **Object Study** focuses on the analysis of the Chalet S. Pedro, in Estoril, and aims to know its architecture and rehabilitate it, respecting its limits and spaces and giving it a new function.

The **Theme Study** intends to know what natural therapies exist, the types of treatment, the chemical classification of the water, the pathologies that can be treated by means of thermalism, as well as the existing springs in the national territory. There was also a need to study the history of thermal architecture and to analyze two cases of study of existing springs.

Key-words:

Therapeutic, Natural, Spa, Summer, Rehabilitation, Treatment, Pleasure

Índices

Índice Geral

Dedicatória.....	I
Agradecimentos	III
Resumo	V
Palavras-chave:	V
Abstract.....	VII
Key-words:.....	VII
Índices.....	IX
Índice Geral.....	IX
Índice de Figuras.....	XIII
Índice de Elementos Gráficos	XVII
Índice de Ilustrações	XIX
1 _ Introdução	1
_ Contextualização.....	1
_ Objetivos.....	1
_ Investigação	1
_ Estrutura.....	1
2 _ Turismo de Saúde	3
_ Introdução	3
_ Terapêuticas Naturais	3
_ Tipos de Tratamento	4
_ Classificação Química	8
_ Patologias.....	12
_ Conteúdo Termal de Portugal.....	13
_ Referências Bibliográficas	18
3 _ Arquitetura Termal	19
_ Introdução	19
_ Arquitetura Termal Internacional	19
Período Primitivo.....	19
Período Empírico	20

Período Islâmico	28
Período de Declínio.....	29
Período de Novo Ciclo	29
Período da Hidrologia Química	30
Período Clínico-Científico	34
Período Atual	35
_Arquitetura Termal Nacional	38
Período Romano.....	38
Período Pós-Romano.....	40
Período Árabe	40
Período do Início de Portugal.....	41
Período de Impulsão.....	42
Período da Fase Científica em Portugal	45
Período de Legislação Termal.....	48
Período de Declínio.....	50
Período Atual	52
_Referências Bibliográficas	55
4 _ Casos de Estudo	57
_Introdução	57
_Localização	57
Termas do Estoril	57
Termas das Caldas da Saúde	58
_História da Arquitetura do Edifício.....	58
Termas do Estoril	58
Termas das Caldas da Saúde	67
_Terapêuticas Aplicadas	72
Termas do Estoril	72
Caldas da Saúde	74
_Preços Aplicados.....	75
Termas do Estoril	75
Termas das Caldas da Saúde	76
_Questões em Análise.....	77
_Referências Bibliográficas	81

5 _ Arquitetura do Objeto	83
_ Introdução	83
_ Arquitetura de Veraneio de Cascais.....	84
_ Palácio Historicista	84
_ Chalé	86
_ Gosto Português.....	91
_ Chalé S. Pedro, Alto Estoril.....	95
_ Plantas de Levantamento	97
_ Referências bibliográficas.....	100
6 _ Problemática	101
_ Introdução	101
_ Fatores de Sucesso e Insucesso.....	101
_ Regras e Questões.....	105
Que regras são obrigatórias no Turismo de Saúde?.....	105
Quais as terapêuticas a aplicar neste Projeto?	107
Que adaptações/alterações são necessárias?	112
_ Referências bibliográficas.....	113
7 _ Fundamentação	115
_ Introdução	115
_ Nomenclatura.....	115
_ Localização	115
_ Ideia Geral.....	116
_ Recuperar o termalismo popular.....	116
_ Reabilitar o edifício	119
_ Soluções Construtivas.....	120
_ Programa Geral dos Espaços/Áreas.....	121
_ Zonamentos.....	121
R/c:.....	121
Piso 1:	122
Piso 2:	122
_ Funcionalidades	123
_ Relações	125
_ Hierarquia	126

_ Flexibilidade.....	127
_ Materiais.....	128
_ Ambientes	137
Receção	137
Consultórios	138
Balneários.....	139
Tratamentos por Banhos - Hidromassagem	140
Tratamentos por Banhos - Piscina	141
Tratamento por Hidropinia.....	142
_ Referências bibliográficas.....	143
8 _ Conclusão.....	145
Bibliografia	XIX
Glossário	XXV
Referências bibliográficas.....	LXV

Índice de Figuras

Fig. 1 Vestígios de estâncias termais em Mohenjo-Daro, Paquistão	20
Fig. 2 Vestígios de estâncias termais em Mohenjo-Daro, Paquistão	20
Fig. 3 Palácio de Cnossos, Creta – Sala do Trono	20
Fig. 4 Banhos Públicos em Cnossos, Creta.....	20
Fig. 5 Panorâmica das Termas de Caracalla, construídas entre 216 e 235	23
Fig. 6 Balneário de Caracalla, Roma.....	23
Fig. 7 <i>Hypocaustum</i>	24
Fig. 8 Imagem esquemática do funcionamento do <i>Hypocaustum</i>	24
Fig. 9 Aqueduto <i>Aqua Claudia</i> , Roma - Construído entre 38 e 52 DC	24
Fig. 10 Planta das Termas de Caracalla, em Roma	27
Fig. 11 Termas de Diocleciano, Roma, séc. IV DC	27
Fig. 12 Termas de Diocleciano, Roma, séc. IV DC	27
Fig. 13 Frigidarium masculino, Termas Stabianas em Pompeia.....	28
Fig. 14 Padrão em calçada, Pompeia.....	28
Fig. 15 Turkish Bath by Jean Jacques Francois Lebarbier, 1785.....	28
Fig. 16 <i>Hammam</i> no século VII AC, Marraquexe	28
Fig. 17 <i>Trinkhalle</i> (Buvette), Baden-Baden, Alemanha.....	31
Fig. 18 Termas Romanas de Bath, Inglaterra.....	32
Fig. 19 Cidade de Bath, Inglaterra	32
Fig. 20 Primeiro Hospital Reumatológico, Bath.....	32
Fig. 21 Inscrição no exterior do Hospital Reumatológico de Bath	32
Fig. 22 Termas de Széchenyi (1913), Budapeste	34
Fig. 23 Termas de Széchenyi (1913), Budapeste	35
Fig. 24 Interior de Limes-Therme Aalen, arquiteto Rudolf Wienands (1983-85), Alemanha	36
Fig. 25 Exterior de Limes-Therme Aalen, arquiteto Rudolf Wienands (1983-85), Alemanha	36
Fig. 26 Edifício Thermes de Vichy, Callou, arquitetos Douat & Harland (1990-93), França	36
Fig. 27 Thermes de Vichy, Callou, arquitetos Douat & Harland (1990-93), França.....	36
Fig. 28 Hall de Thermes de Vichy, Callou, arquitetos Douat & Harland (1990-93), França	37
Fig. 29 Termas de Vals, arquiteto Peter Zumthor (1986 – 1997), Suíça	37
Fig. 30 Termas de Vals, arquiteto Peter Zumthor (1986 – 1997), Suíça	37
Fig. 31 Termas de Vals, arquiteto Peter Zumthor (1986 – 1997), Suíça	38
Fig. 32 Termas de Vals, arquiteto Peter Zumthor (1986 – 1997), Suíça	38
Fig. 33 Termas <i>Aquae Flaviae</i> , Chaves	38
Fig. 34 Termas de <i>Bracara Augusta</i> , Braga, século I	38
Fig. 35 Galerias Romanas, ou Termas <i>Augustais</i> , Rua da Prata	39
Fig. 36 Galerias Romanas, ou Termas <i>Augustais</i> , Rua da Prata	39
Fig. 37 Termas Romanas, Évora, século II e III	39
Fig. 38 <i>Laconicum</i> das Termas Romanas, Évora	40

Fig. 39 Vestígios do passado romano nas termas, Évora	40
Fig. 40 Chafariz de El-Rei, Alfama	41
Fig. 41 Interior do Chafariz de El-Rei, Alfama	41
Fig. 42 Piscina D. Afonso Henriques, Termas de S. Pedro do Sul	42
Fig. 43 Piscina do Hospital Termal das Caldas da Rainha	42
Fig. 44 Edifício das Alcaçarias do Duque de Cadaval	43
Fig. 45 Planta das Alcaçarias do Duque de Cadaval	43
Fig. 46 Edifício das Alcaçarias de Dona Clara	44
Fig. 47 Planta das Alcaçarias de Dona Clara	44
Fig. 48 Balneário público Banhos do Doutor	44
Fig. 49 Planta dos Banhos do Doutor	44
Fig. 50 Desenho esquemático do Hospital Termal, Caldas da Rainha, 1747	45
Fig. 51 Interior Hospital Termal Caldas da Rainha	46
Fig. 52 Piscina do Hospital Termal Caldas da Rainha	46
Fig. 53 Parque D. Carlos I, Caldas da Rainha	47
Fig. 54 Parque D. Carlos I, Caldas da Rainha	47
Fig. 55 Parque D. Carlos I, Caldas da Rainha	47
Fig. 56 Parque D. Carlos I, Caldas da Rainha	47
Fig. 57 Balneário das Termas do Luso, 1856	47
Fig. 58 Piscina das Termas do Luso	47
Fig. 59 Antigo Balneário das Termas de Vidago (1916), atualmente Centro de Conferências, Chaves	50
Fig. 60 Termas de Monfortinho, Castelo Branco, 1940	51
Fig. 61 Interiores das Termas de Monfortinho, Castelo Branco, 1940	51
Fig. 62 Termas do Vimeiro, Torres Vedras	51
Fig. 63 Exterior da <i>Buvette</i> , Termas da Piedade, Alcobaça	51
Fig. 64 Fonte Termal das Termas de Melgaço	52
Fig. 65 Piscina das Termas de Melgaço	52
Fig. 66 Termas da Poça da Dona Beija, Furnas, Açores	53
Fig. 67 Termas das Furnas, Açores	53
Fig. 68 Hotel Vidago Palace, Vila Real	54
Fig. 69 Hotel Vidago Palace, Vila Real – Escadaria	54
Fig. 70 Termas Vidago Palace, Vila Real	54
Fig. 71 Termas Vidago Palace, Vila Real	54
Fig. 72 Edifício das Termas do Estoril	57
Fig. 73 Edifício das Termas das Caldas da Saúde	58
Fig. 74 Estabelecimento Termal de Santo António do Estoril em 1894	59
Fig. 75 Estabelecimento Termal do Estoril em 1911	60
Fig. 76 Termas do Estoril, Henri Martinet, planta e alçado do Hotel Termal a 1914	62
Fig. 77 Planta e alçado do balneário da “Estação Marítima, Climatérica, Termal e Desportiva” do Estoril, 1914	62
Fig. 78 Termas e Hotel do Parque no Estoril em 1918	63
Fig. 79 Termas do Estoril, compartimento de duches (circular, escocês, jacto), 1939	63
Fig. 80 Termas e Hotel do Parque no Estoril nos finais dos anos 30 do século XX	63

Fig. 81 “Hotel do Parque” e o “Palácio Hotel” ao lado	64
Fig. 82 Folheto Publicitário (1930)	64
Fig. 83 Publicação de 1935	64
Fig. 84 Termas do Estoril, Manuel Gil Graça, projeto do balneário, alçado e corte, 2005. 65	
Fig. 85 Termas do Estoril, Manuel Gil Graça, projeto do balneário, plantas, 2005	66
Fig. 86 Corredor de Circulação para Terapêuticas.....	66
Fig. 87 Entrada para Terapêuticas.....	66
Fig. 88 Piscina.....	67
Fig. 89 Piscina.....	67
Fig. 91 Caldas da Saúde, Fernando Pires de Lima, planta do levantamento gráfico do balneário, 1893.....	68
Fig. 92 Caldas da Saúde, planta, alçados e corte do projecto de ampliação do balneário, 1915.....	69
Fig. 93 Caldas da Saúde	69
Fig. 94 Caldas da Saúde, sala de inalações, 1939	69
Fig. 95 Átrio do balneário, onde se conservou a fachada das instalações de 1891.....	71
Fig. 96 No átrio estão expostos velhos equipamentos hidroterápicos.....	71
Fig. 97 Sala de tratamentos por vapor às mãos e pés.....	71
Fig. 98 A pequena fonte de água sulfúrea.....	71
Fig. 99 Caldas da Saúde, Francisco Perry Azeredo, planta do projeto de remodelação do balneário, 1993.....	72
Fig. 100 Piscina Termal	73
Fig. 101 Tratamento por Otorrinolaringologia.....	73
Fig. 102 Tratamento por Duche	73
Fig. 103 Duche Vichy	74
Fig. 104 Hidromassagem.....	74
Fig. 105 Aula de Hidroginástica em grupo	75
Fig. 106 Piscina Termal	75
Fig. 107 Homenagem do Município de Cascais ao rei D. Carlos I.....	83
Fig. 108 Pormenor da Estátua de Homenagem ao rei D. Carlos I (Casa Leitão ao fundo). 83	
Fig. 109 Palácio da Pena	85
Fig. 110 Palácio de Monserrate.....	85
Fig. 111 Museu dos Condes de Castro Guimarães.....	86
Fig. 112 Chalet da Rua Vista Alegre.....	88
Fig. 113 Chalet da Rua Vista Alegre.....	88
Fig. 114 Casa da Rua da Bela Vista	89
Fig. 115 Casa Leitão.....	90
Fig. 116 Casa Leitão.....	90
Fig. 117 Casa Santa Maria, junto ao Farol de Santa Marta.....	93
Fig. 118 Casa Sta Maria (Travessa do Visconde da Luz)	94
Fig. 119 Casa D. Nuno (Casa dos Almadás).....	95
Fig. 120 Chalé S. Pedro, Vista Poente/Sul.....	98
Fig. 121 Chalé S. Pedro, Vista Poente	99
Fig. 122 Edifício Cruzeiro, Monte Estoril.....	101

Fig. 123 Chalé S. Pedro, Rua de Olivença 104

Fig. 124 Chalé S. Pedro, Rua de Olivença 104

Fig. 125 Primeiros 'Banhos da Poça' 118

Índice de Elementos Gráficos

Tab. 1 Tabela com informação reunida através do Manual de Boas Práticas dos Estabelecimentos Termais.....	10
Tab. 2 Legenda da Tabela de Nascentes de Portugal.....	15
Tab. 3 Classificação química das nascentes analisadas no Anexo A.....	15
Tab. 4 Patologias aplicadas nas nascentes analisadas no Anexo A	16
Tab. 5 Tabela baseada na tabela presente na Brochura Digital das Termas de Portugal (Portugal, 2017).....	17
Tab. 6 Tabela criada com base no preçário existente em http://www.termasdoestoril.pt (continua)	75
Tab. 7 Tabela criada com base no preçário existente em http://www.termasdoestoril.pt (continuação).....	76
Tab. 8 Tabela criada com base no preçário existente em http://caldasdaude.pt (continua)	76
Tab. 9 Tabela criada com base no preçário existente em http://caldasdaude.pt (continuação).....	77
Tab. 10 Distâncias recolhidas através do site www.distancia.pt	78
Tab. 11 Tabela comparativa de patologias tratadas e tratamentos aplicados nas Termas do Estoril e Termas das Caldas da Saúde.....	79
Tab. 12 Comparação dos valores recolhidos através dos preçários dos estabelecimentos termais	80
Tab. 13 Funcionalidades do Piso 0.....	123
Tab. 14 Funcionalidades do Piso 1.....	124
Tab. 15 Funcionalidades do Piso 2.....	124
Tab. 16 Lista de Materiais e Revestimentos utilizados no Projeto	136

Índice de Ilustrações

Ilus. 1 Planta de Levantamento do Piso 0	97
Ilus. 2 Planta de Levantamento do Piso 1	97
Ilus. 3 Planta de Levantamento do Piso 2	98
Ilus. 4 Planta de Circulação do Piso 0	125
Ilus. 5 Planta de Circulação do Piso 1	125
Ilus. 6 Planta de Circulação do Piso 2	126
Ilus. 7 Programa Hierárquico dos Espaços Principais.....	126
Ilus. 8 Programa Hierárquico dos Espaços Secundários	126
Ilus. 9 Detalhe da Planta de Execução do Piso 1 (Tratamento por Massagens)	127
Ilus. 10 Detalhe da Planta de Execução do Piso 1 (Tratamento por Helioterapia e Zona Exterior de Refeições).....	127
Ilus. 11 Receção - Vista a partir da Entrada	137
Ilus. 12 Receção - Vista a partir da porta do Hall das Escadas	137
Ilus. 13 Consultório - Vista a partir da entrada	138
Ilus. 14 Consultório - Vista a partir da janela	138
Ilus. 15 Balneário - Vista a partir da entrada.....	139
Ilus. 16 Balneário - Vista a partir dos lavatórios (a porta foi retirada para uma melhor visualização).....	139
Ilus. 17 Banhos - Vista a partir do hall onde é possível realizar uma volta de 360° com uma cadeira de rodas	140
Ilus. 18 Banhos - Vista a partir da janela	140
Ilus. 19 Piscina - Vista a partir da janela.....	141
Ilus. 20 Piscina - Vista a partir da entrada.....	141
Ilus. 21 Hidropinia - Vista a partir do canto nascente	142

1 _ Introdução

Contextualização

Este Trabalho de Projeto procura recuperar os valores históricos, terapêuticos e arquitetónicos da região de Cascais. Tendo em conta o estado de abandono de alguns edifícios antigos e da modernização de processos terapêuticos, pretende-se tornar acessível a todos os habitantes do concelho a cura de determinadas patologias através do recurso a bens naturais que deveriam estar disponíveis a toda a população.

Objetivos

- **Temática** – Termalismo Clássico
- **Objeto** – Arquitetura de Veraneio

A intenção inicial passava por recuperar um edifício da região de Cascais. Infelizmente, a quantidade de edifícios devolutos é cada vez maior e tratando-se de uma região turística tão procurada ao longo dos séculos, torna-se impensável aceitar esta realidade. Assim, num só projeto, é possível recuperar um edifício histórico, da arquitetura de veraneio, muito bem localizado – junto à Estação do Estoril – e adaptá-lo a uma função que está em falta – termalismo clássico a preços acessíveis.

Investigação

Tornou-se obrigatório conhecer o Turismo e Arquitetura Termal através da pesquisa na Biblioteca da Escola Superior de Hotelaria e Turismo do Estoril (ESHTE), já a busca pela temática da Arquitetura de Veraneio e da História de Cascais foi possível através das Bibliotecas da Escola Superior de Artes Decorativas, da Faculdade de Arquitetura e do Município de Cascais, sem esquecer de toda a pesquisa realizada na Internet. Em relação às Plantas do Edifício, foram consultadas no Arquivo Municipal de Cascais, através da requisição da visita na Loja de Cascais.

Estrutura

Este Trabalho de Projeto está dividido em dois volumes:

- Volume 1: **Trabalho de Projeto**
- Volume 2: **Anexos**.

O **Trabalho de Projeto** está subdividido em Estudo Teórico e Estudo Prático. O **Estudo Teórico** está focado na pesquisa sobre o Turismo de Saúde (Cap. 2), Arquitetura Termal (Cap. 3), Casos de Estudo (Cap. 4) e Arquitetura de Veraneio (Cap. 5). Tratam-se de elementos que necessitaram uma pesquisa detalhada, pois são dados históricos que não foram aprofundados ao longo do meu percurso académico.

O **Estudo Prático** centra-se nos Caps. 6 e 7, Problemática e Fundamentação, respetivamente. Aqui o projeto foi esmiuçado, de forma a responder a todas as regras do Turismo de Saúde sem menosprezar o peso histórico do próprio edifício e da localização deste. Foram apresentadas as questões que surgiram ao logo do Projeto:

- Qual o edifício da região de Cascais que necessite de uma reabilitação urgente, quer pela sua arquitetura, quer pela localização?
- O que foi feito para valorizar estas qualidades intrínsecas?
- Quais as regras obrigatórias no Turismo de Saúde?
- Quais as terapêuticas a aplicar neste Projeto?
- Que adaptações/alterações são necessárias?

No segundo Volume são apresentados os **Anexos**:

- Anexo A – Lista de Nascente em Portugal – uma lista criada através da pesquisa de todas as nascentes em atividade neste momento, em todo o território nacional, incluindo ilhas.
- Anexo B – Folder do Projeto – proposta com inspiração, conceito e apresentação por áreas do edifício
- Anexo C – Elementos Desenhados – Plantas de Localização, Levantamento, Alterações, Proposta e Execução e Desenhos em Pormenor e Construtivo.

2 _ Turismo de Saúde

Introdução

O **Turismo de Saúde** define-se como “um conjunto de produtos, que tendo a saúde como motivação principal – e não o lazer, o repouso, a descoberta de outros lugares e outras gentes - e os recursos naturais como suporte, tem por fim proporcionar a melhoria de um estado psicológico ou físico fora da residência habitual”. “Tem como objetivos fundamentais: a satisfação de cuidados preventivos de saúde (medicina preventiva), a prestação de serviços terapêuticos (medicina curativa), e a realização de tratamentos de recuperação (medicina de reabilitação).” (Silva F. M., "O State of the Art nas Unidades Termiais em Matéria de SST", 2011)

O **Termalismo** caracteriza-se “pelo conjunto de todos os recursos medicinais, sociais, sanitários, administrativos e de acolhimento, adequadamente articulados e estruturados, tendo por referência as virtudes curativas reconhecidas da “água termal” através dos seus efeitos químicos, térmicos e mecânicos, bem como a utilização para fins terapêuticos das águas medicinais, do gás natural e de lamas.” (Silva F. M., "O State of the Art nas Unidades Termiais em Matéria de SST", 2011) Com a publicação do Decreto-Lei nº 142/2004, este termo define-se como “o uso da água mineral natural e outros meios complementares para fins de prevenção, terapêutica, reabilitação ou bem-estar”.

Terapêuticas Naturais

Este projeto procura conhecer e aplicar as diferentes terapêuticas naturais associadas à Água, conhecidas como “medicinas de água”:

“- a **Crenoterapia**, consiste no uso interno ou externo das águas minerais provenientes das nascentes termiais, como se de um medicamento se tratasse, logo em função das suas propriedades terapêuticas (sua composição físico-química e eventuais factores biológicos) e o seu reconhecimento por médicos e público em geral;

- a **Hidroterapia**, utilização externa de qualquer tipo de água doce, com ou sem recurso a diversas técnicas, tendo em conta as suas qualidades físicas, de temperaturas e força balística;

- a **Talassoterapia**, recorre aos benefícios e especificidades das águas marinhas, combina em termos terapêuticos o clima marítimo e o ar do mar, por meio de “Aeroterapia”;

- e “**Helioterapia**”, a água do mar em inalações e em balneoterapia complementadas ou não, com algas, areias e lamas marinhas.” (Silva F. M., "O State of the Art nas Unidades Termas em Matéria de SST", 2011)

Tipos de Tratamento

“O termalismo não utiliza somente as propriedades da água em que está inserida a estância, engloba também todo um conjunto de tratamentos à base de produtos naturais retirados da nascente, como vapores, gases e lamas. A cura termal faz-se normalmente com prescrição médica e é indicada a estância que melhor resposta possa dar à patologia do utente.” (Silva F. M., Uma Abordagem à Caracterização do Universo Termal, 2011)

As terapêuticas naturais são exploradas através de diferentes tipos de tratamento, consoante a patologia e o que o médico especializado prescrever. Assim, os tratamentos são divididos por técnicas de administração interna e técnicas de administração externa.

“As **Técnicas de Administração Interna**, utilizam especificamente os efeitos dependentes da composição físico-química das águas minerais naturais. Aqui se poderão incluir:

- a) A ingestão oral de água ou hidropinia;
 - a. “Ingestão oral de água com periodicidade e dose (ritmo) determinado pelo médico.”
 - b. “**Equipamento Básico:** Deverá realizar-se com água mineral natural com indicação específica e desde que se possa utilizar como água de consumo; Sala ou espaço específico separado de outras zonas; Torneira de saída de água nas condições higiénicas que garanta a pureza microbiológica da água; Copos

ou outros recipientes que deverão ser de uso individual; Deverá haver instalações sanitárias na proximidade.” (de Oliveira, et al., 2009)

- b) A injeção de água mineral natural;
- c) A administração de água por via colo-rectal.
 - a. Ex: Enteróclise; Gota-a-gota Rectal.

São **Técnicas de Administração Externa**, as que, para além das propriedades físico-químicas específicas de cada água mineral natural, se aproveitam também factores hidromecânicos e hidrotérmicos comuns a toda a hidroterapia. Aqui se poderão incluir: banhos, duches, vapores, aplicações de contraste, duche-massagem, pelóides, técnicas respiratórias, etc.” (de Oliveira, et al., 2009)

- a) **Técnicas de Imersão (Banhos)** – “Consistem na imersão total ou parcial do corpo na água mineral natural, a uma determinada temperatura.” (Silva F. M., Uma Abordagem à Caracterização do Universo Termal, 2011)
 - a. Ex.: Aerobanho; Banho de Imersão; Banhos Alternos; Banhos Medicinais; Cinebalneoterapia; Hidromassagem; Tanque Terapêutico.
 - b. **“Equipamento Básico:** Os banhos devem realizar-se com água mineral natural em banheiras, tanques individuais ou piscinas colectivas destinadas a tratamento; A capacidade deverá ser suficiente para permitir a imersão completa, excepto a cabeça, do termalista na água; O acesso deve ser fácil dispondo de degraus e barras de apoio, para evitar eventuais quedas; Deve dispor de um sistema de alarme visível que permita ao termalista avisar o técnico de balneoterapia em caso de necessidade; As cabinas de banhos ou salas devem estar suficientemente iluminadas e dispor de um sistema de ventilação; Os equipamentos deverão dispor de sistemas de controlo de tempo e temperatura da água; No caso de banhos de contraste devem existir dois ou mais recipientes ou banheiras nos quais se utiliza água mineral natural a temperaturas diferentes.” (de Oliveira, et al., 2009)
- b) **Técnicas de Vapor** – “Vistas como umas das técnicas mais potenciadoras das propriedades das águas minerais naturais têm uma acção calmante, vasodilatadora e anti-inflamatória.” (Silva F. M., Uma Abordagem à Caracterização do Universo Termal, 2011)

- a. Ex.: Banho Turco; Bertholaix; Emanatório; Estufa Húmida; Sauna.
- b. **“Equipamento Básico:** Equipamentos já apetrechados com sistema de segurança e desinfecção; Sala ou área dotada de iluminação adequada e de sistema de controlo da ventilação; Neste caso deverá existir antecâmara para protocolos de transição de temperaturas, ventilada e com material de suporte (cabides, cadeiras, etc...); Sistema de limpeza, duche ou chuveiro anexo para utilização dos termalistas.” (de Oliveira, et al., 2009)
- c) **Técnicas de Duche** – “Resumem-se na projecção em direcção ao corpo dum volume de água sob pressão. A temperatura da água e a pressão variam conforme se deseje um efeito estimulante ou calmante.” (Silva F. M., Uma Abordagem à Caracterização do Universo Termal, 2011)
 - a. Ex.: Aplicações de Contraste; Duche Circular; Duche D’Aix; Duche de Jacto (Duche Escocês); Duche de Leque; Duche Vichy; Duche Sub-Aquático; Manopediduche.
 - b. **“Equipamento Básico:** Tribuna ou púlpito de duche que permita a correcta regulação da temperatura e da pressão, com termómetro e manómetro de controlo. Podem estar disponíveis diferentes terminais ou boquilhas que permitam realizar diferentes tipos de aplicação do duche termal; A distância mínima de aplicação desde a saída até ao termalista deve ser de três metros; No caso de duches especiais como o duche circular, duche em coluna, cervical, lombar, duche subaquático e outros, deve-se dispor de mecanismos que permitam a sua correcta aplicação; No caso de duches de contraste (duche escocês) deve dispor-se de um sistema de duches que permita uma alternância rápida da temperatura e um mecanismo de controlo para a sua sequência.” (de Oliveira, et al., 2009)
- d) **Técnicas de Otorrinolaringologia (Inaloterapia)** – “As técnicas de Otorrinolaringologia /vias Respiratórias utilizam a água mineral natural para melhorar a mucosa do aparelho respiratório e auditivo ou interferir com as respectivas alterações funcionais existentes. Permite a eliminação de secreções e o tratamento de infecções respiratórias, produzindo um efeito tranquilizante, sendo administrada em partículas, gás e vapor ou aerossol.” (Silva F. M., Uma Abordagem à Caracterização do Universo Termal, 2011)
 - a. Ex.: Aerossol; Aerossol simples; Aerossol sónico; Aerossol ultrassónico; Drenagem de Proetz; Duche Faríngeo Filiforme; Emanatório Seco;

Gargarejo; Insuflação Tubo-Timpânica; Irrigação Nasal; Irrigação Retro-Nasal; Nebulização; Pipeta de Depierris; Pulverização Faríngea.

- b. **“Equipamento Básico:** Aparelhagem específica para cada técnica; As técnicas termais realizam-se com água mineral natural salvo aquelas em que se requer a utilização de algum medicamento associado; Cada técnica deve ser indicada com o seu nome correcto, definição e forma de realizar a aplicação; Deverá existir um sistema de medição de tempo; Entende-se por terminais individuais aqueles que entram em contacto directo com o termalista (boquilhas, olivas nasais, máscaras, tubos, etc...). Estes poderão ser de uma única utilização (descartáveis) ou reutilizáveis. Neste último caso, deve existir um sistema de desinfeção apropriado; Todos os aparelhos devem dispor de um sistema de limpeza e desinfeção diários.” (de Oliveira, et al., 2009)
- e) **Electroterapia** – “Todos os equipamentos e tratamentos existentes neste sector, têm como objectivo a recuperação funcional do aquista. Podem ser prescritos como tratamento único ou como complementaridade aos tratamentos de hidrobalneoterapia.” (Silva F. M., Uma Abordagem à Caracterização do Universo Termal, 2011)
- f) **Massagens (Gerais e Parciais)** – “Consiste na manipulação dos tecidos moles com finalidade terapêutica, mediante estiramentos, amassamentos, estimulação, tonificação etc., sob duches de água mineral natural podendo utilizar-se um veículo de massagem”, (de Oliveira, et al., 2009) permitindo “o reequilíbrio físico e psíquico através de um estado de harmonia.” (Silva F. M., Uma Abordagem à Caracterização do Universo Termal, 2011)
 - a. Ex.: Watsu
 - b. **“Equipamento Básico:** As massagens devem realizar-se com água mineral natural; Cabina ou cabinas específicas para a aplicação das massagens; A cabina deve dispor de uma mesa para massagem com as drenagens adequadas para a evacuação da água. Deverá dispor de um degrau que permita subir com facilidade; Sistema de duches sobre a mesa que permita regular a pressão e as zonas a tratar; Sistema de controlo de temperatura, centralizado ou individual; O chão da cabina deve estar dotado de inclinação e esgotos adequados para evitar acumulação de água; As cabinas devem dispor de iluminação correcta e de um sistema de ventilação; A marquesa será coberta

por um lençol de material descartável ou de utilização única para cada termalista; Devem existir cabides para que o termalista possa colocar a roupa.” (de Oliveira, et al., 2009)

- g) **Pelóides** – “São produtos formados por mistura espontânea ou artificial de uma água mineral natural, da água do mar ou de lago salgado, com uma componente sólida (orgânica ou inorgânica), e que se utilizam com fins terapêuticos na forma de cataplasmas ou de banhos. Existem **pelóides naturais** (que têm origem natural através de formação e sedimentação da matéria orgânica e da precipitação dos elementos mineralizantes da água) e **pelóides artificiais** (que se preparam através de maturação de lamas ou argilas em água mineral natural durante um determinado período de tempo).” (de Oliveira, et al., 2009)

- a. **Equipamento Básico:** Nos pelóides, nas suas diferentes variedades, a componente líquida, deverá ser a água mineral natural; A cabina deve dispor de uma maca na qual se realiza a aplicação dos pelóides, salvo nos casos em que nas aplicações parciais (p.ex. mãos ou pés), pode ser suficiente dispor de recipientes com a capacidade suficiente para poder introduzir a zona do corpo a tratar; O envolvimento realiza-se com cataplasmas de material descartável ou de uso individual; Deverá existir sistema de limpeza do termalista, através de duche ou chuveiro, após a aplicação dos pelóides; Todas as cabinas disporão de sistema de controlo de tempo; Existirão escoamentos com a capacidade suficiente para eliminar os restos de pelóides e que permitam a correcta limpeza das cabinas.” (de Oliveira, et al., 2009)

- h) **Mecanoterapia** – “A mecanoterapia é uma área da fisioterapia que faz uso de aparelhos mecânicos (halteres, molas, elásticos, bolas, cama elástica, etc.) no tratamento e prevenção de diferentes patologias. Procura promover, desenvolver e restaurar a manutenção da força muscular, melhorar a mobilidade articular, a flexibilidade e a coordenação, além de ajudar no ganho de massa e potência muscular.” (Mecanoterapia, 2017)

Classificação Química

“Águas minerais naturais são as que, por qualquer especificidade físico-química, se distinguem das águas “normais” de uma dada região. Os caracteres distintivos mais frequentes são a mineralização e/ou a temperatura elevadas. Assim, na perspectiva

enunciada, as águas minerais apresentarão mineralizações totais ou determinadas características específicas (pH, sulfuração, sílica, CO², etc.) diferentes dos valores correntes ou temperaturas mais altas que a temperatura média do ar.

A nível da Hidrologia Médica, é corrente chamar-se água termal a qualquer uma – ainda que fria na origem ou mesmo semelhantes às águas típicas da região – desde que seja utilizada em balneários termais.”

Para uma melhor compreensão das características das águas termais, “Curto Simões (1993), apoiada na classificação do Instituto de Hidrologia de Lisboa propõe as classes seguintes para as águas minerais portuguesas, baseadas na composição química, a saber:” (de Oliveira, et al., 2009)

Água		Dose Diária (Hidropinia)	Indicação Terapêutica	Precauções
Sulfúrea	<p>Água que contém formas reduzidas de enxofre. Neste grupo podem ser diferenciadas:</p> <p>1 - A água sulfúrea primitiva (em que ainda há a distinguir as de pH <8,35 e pH > 8,35);</p> <p>2 - A água que não apresenta valores característicos da sulfúrea primitiva em alguns parâmetros;</p> <p>3 - A água sulfúrea de transição.</p> <p>A água sulfúrea primitiva tem como ião dominante o HC03- e o Na+, altas percentagens de sílica e flúor, é fracamente mineralizada e tem dureza muito baixa.</p>	<p>Difícil ingestão devido às características organolépticas e elevado pH (doses muito baixas, 40-50 ml, 2-3 tomas de manhã, cada 30 minutos).</p>	<p>Aparelho Respiratório (rinite, faringite, laringite, DPOC)</p> <p>Dermatologia (seborreia e acne, eczemas crónicos, psoríase)</p> <p>Doenças Reumáticas e Músculo Esqueléticas (articulares, abarticulares, componente tendinoso, neurológico, sequelas pós-traumáticas, etc.)</p> <p>Doenças Ginecológicas (processos catarrais ou congestivos; trofia pós-menopáusia)</p>	<p>Náuseas e vômitos, perturbações digestivas (diarreia ou obstipação)</p> <p>Agudização de processos crónicos</p>
Bicarbonatada	<p>Água cujo ião dominante é o HC03-. É hipotermal, com alta percentagem de M1, pH = 7, dureza total com valores elevados e percentagens de sílica e flúor muito baixas. Há a distinguir:</p> <p>1 - As águas cálcicas, fracamente mineralizadas;</p> <p>2 - As águas mistas (sódico-cálcicas), mesossalinas.</p>	<p>Dose diária: 5-6 tomas (100-200 ml); máximo 1000-1200 ml/dia.</p>	<p>Aparelho Digestivo (gastrointestinais e hepatovesiculares)</p> <p>Doenças Metabólico-Endócrinas (Diabetes, Hiperuricemia)</p> <p>Aparelho Nefro-Urinário (Litíase úrica)</p> <p>Aparelho Respiratório (Rinites, Sinusites, Laringites, DPOC)</p>	<p>Alcalose (cefaleias, irritabilidade, mialgias, menor apetite)</p> <p>Colite atónica;</p> <p>Obstipação</p> <p>Litíase de fosfatos e oxalatos</p> <p>Se sódicas: cuidado nos hipertensos e insuficientes renais;</p> <p>Se carbogaseas: hemorragia de gastrites ou úlceras pépticas</p>
Cloretada	<p>Água cujo ião dominante é o cloreto. O catião dominante é o Na+ com percentagens de sílica e flúor muito baixas, mesotermiais. Há a distinguir:</p> <p>1 - A hipersalina com pH=7;</p> <p>2 - Da fracamente mineralizada de pH>7.</p>	<p>Dose diária: 2-3 tomas (50-60 ml, cada 15-30 minutos, até ao máximo de 180 ml).</p>	<p>Aparelho Digestivo (discinésias vesiculares, hipotonia intestinal)</p> <p>Dermatologia (cicatrizante; afecções não exsudativas)</p> <p>Aparelho Respiratório (rinites, sinusites, laringites, DPOC)</p> <p>Doenças Reumáticas e Músculo Esqueléticas (situações pós-traumáticas, edematosas e algicas)</p> <p>Doenças Ginecológicas</p>	<p>Ao 3º-4º dia de tratamento: Mal-estar, palpitações, transtornos digestivos.</p> <p>Não recomendável em situações de hipersecreção (gastrite, úlcera péptica, colite, enterocolite).</p> <p>Nunca aplicar em situações de hipertensão arterial, insuficiência cardíaca ou renal.</p>

Tab. 1 Tabela com informação reunida através do Manual de Boas Práticas dos Estabelecimentos Termiais

Água		Dose Diária (Hidropinia)	Indicação Terapêutica	Precauções
Sulfatada	Água cujo ião dominante é o sulfato. É hipersalina, hipotermal, o catião dominante é o Ca ²⁺ , com percentagens de sílica e flúor muito baixas e muito duras.	Dose diária: 2-3 tomas de manhã (50-60 ml e até 120-180 ml, cada 20-30 minutos;); poderá repetir-se o esquema de tarde. Máximo diário: 1000 ml	Aparelho Digestivo (disinésias vesiculares; laxantes/purgativas se Mg) Doenças Metabólico-Endócrinas (hiperuricemia) Doenças Nefro-Urinárias (litíase úrica; diuréticas: HTA)	Crise termal: náuseas ou vômitos e diarreia, mal-estar, cefaleias. Cuidado: cólon irritável, úlcera péptica, estados de debilidade geral.
Hipossalina	Água com mineralização total inferior a 200 mg/l. Há a diferenciar: 1 - As que têm mineralização total até cerca de 50 mg/l, pH < 6, dureza < 1 e percentagem de sílica muito elevada (> 30%); 2 - Dasquelas cuja mineralização total é > 100 mg/l, pH > 6, dureza > 1 e cuja percentagem de sílica é muito mais baixa;	Dose diária: 2-3 tomas de manhã (até 120-200 ml, cada 20-30 minutos); poderá repetir-se o esquema de tarde.	Aparelho Nefro-Urinário (diuréticas – Litíase renal) Doenças Metabólico-Endócrinas (na dependência dos iões predominantes) Doenças do Sangue – Anemias (nas águas ferruginosas) Doenças Ginecológicas e Dermatológicas (nas águas silicatadas)	Cuidado: evitar sobrecarga hídrica (insuficiência renal, cardíaca).
Gasocarbónica	Água caracterizada por ter mais de 500 mg/l de CO ₂ livre. É hipersalina, o anião dominante é o HC0 ₃ - (>90% dos mval), o catião dominante é o Na ⁺ (raramente o Ca ²⁺), tem baixa percentagem de sílica (<4%), baixa percentagem de flúor (<1,5 %) e razão alcalinidade/resíduo seco muito elevada (>16). Há a distinguir: 1 - A água hipotermal com pH=6 (sódicas ou cálcicas); 2 - A água hipertermal com pH=7 (sódicas).	*Não é referida qualquer informação em relação a estes pontos.		

Tab. 2 Tabela com informação reunida através do Manual de Boas Práticas dos Estabelecimentos Termiais

Patologias

“O termalismo é uma prática cientificamente comprovada que traz benefícios à saúde, não só prevenindo doenças, como agindo sobre elas e diminuindo os seus sintomas. Os tratamentos termais produzem efeitos imediatos visíveis e, mais importante ainda, produzem efeitos a médio prazo.” (Silva F. M., Uma Abordagem à Caracterização do Universo Termal, 2011)

Conciliando as qualidades intrínsecas das águas termais com o tratamento aplicado, existem determinadas patologias que podem ser atenuadas ou, até mesmo, curadas.

a) Doenças **Metabólico-Endócrinas**

a. Ex.: Diabetes; Hipertireoidismo; Hiperuricemia; Hipotireoidismo; Obesidade.

b) Doenças do **Aparelho Digestivo**

a. Ex.: Aerocolia; Azia; Colite; Cólon Irritável; Diarreia; Discinesia Biliar; Diverticulite; Enterocolite; Escherichia Coli; Flatulência; Gastrite; Hemorroidas; Hérnia do Hiato; Hipotonia Intestinal; Náusea; Obstipação; Refluxo Gastroesofágico; Úlcera Péptica.

c) Doenças do **Sangue**

a. Ex.: Anemia.

d) Doenças do **Aparelho Circulatório**

a. Ex.: Aterosclerose; HTA; Insuficiência Cardíaca

e) Doenças do **Sistema Nervoso**

a. Ex.: Anorexia Nervosa; Ansiedade; Atrofia Muscular; Cefaleia; Depressão (Patologia); Enxaqueca; Insónia; Nevralgia; Nevrite; Varizes.

f) Doenças de **Otorrinolaringologia**

a. Ex.: Asma; Broncospasmo; Bronquite; Dispneia; DPOC; Faringite; Laringite; Rinite; Rinofaringite; Rinossinusite; Sinusite.

g) Doenças do **Aparelho Nefro-Urinário**

a. Ex.: Insuficiência Renal; Litíase Cálculo; Litíase Úrica.

h) Doenças **Dermatológicas**

- a. Ex.: Acne; (Cicatrização); Dermatite; Dermatite Seborreica; Dermatose; Eczema; Eritema; Herpes; Piodermite; Psoríase; Úlcera Varicosa; Xerodermia; Zona.
- i) Doenças **Reumáticas e Músculo-esqueléticas**
 - a. Ex.: Artralgia; Artrite; Artrite Reumatóide; Artropatia; Artrose; Atrofia Muscular; Cervicalgia; Espondilartrose; Espondilite Anquilosante; Espondilose; Fibromialgia; Gonalgia; Gota; Hérnia Discal; Lombalgia; Lumbago; Luxação; Mialgia; Miosite; Osteoartrose; Osteoporose; Periartrite; Tendinite.
- j) Doenças **Ginecológicas**
 - a. Ex.: Congestão Pélvica.

Conteúdo Termal de Portugal

Foi realizada uma pesquisa através da consulta de vários livros e sites que permitiram criar uma lista de nascentes em Portugal que respondam às várias questões essenciais para este projeto.

Analisando as informações conseguidas através dos sites das próprias termas e de sites de promoção termal – Termas de Portugal – ou de lazer – Lifecooler -, foi possível reunir toda a informação necessária para conseguir uma lista sólida de nascentes termais concessionadas, em Portugal, que ainda estão ativas. Para uma melhor análise, esta lista foi dividida por zonas do País – Norte, Centro, Sul e Ilhas -, sendo que as duas últimas áreas têm tão pouca referência que foram unidas.

Zona Norte

1. **Caldas de Monção**, Viana do Castelo
2. **Termas do Peso**, Viana do Castelo
3. **Caldas de Caldelas**, Braga
4. **Caldas do Gerês**, Braga
5. **Caldas de Taipas**, Braga
6. **Termas de Entre-os-Rios**, Porto
7. **Termas de S. Vicente**, Porto

- 8. Caldas da Saúde, Porto**
- 9. Caldas de Chaves, Vila Real**
- 10. Termas das Pedras Salgadas, Vila Real**
- 11. Termas de Vidago, Vila Real**
- 12. Termas da Curia, Aveiro**
- 13. Termas do Luso, Aveiro**
- 14. Caldas de S. Jorge, Aveiro**
- 15. Termas de Alcafache, Viseu**
- 16. Caldas de Aregos, Viseu**
- 17. Termas do Carvalho, Viseu**
- 18. Caldas da Felgueira, Viseu**
- 19. Termas de S. Pedro do Sul, Viseu**
- 20. Caldas de Sangemil, Viseu**
- 21. Fonte Santa de Almeida, Guarda**
- 22. Caldas da Cavaca, Guarda**
- 23. Termas de Cró, Guarda**
- 24. Termas de Longroiva, Guarda**
- 25. Caldas de Manteigas, Guarda**

Zona Centro

- 26. Hospital Termal Rainha Dona Leonor, Leiria**
- 27. Termas de Monte Real, Leiria**
- 28. Termas de Monfortinho, Castelo Branco**
- 29. Termas de Unhais da Serra, Castelo Branco**
- 30. Termas do Estoril, Lisboa**
- 31. Termas do Vimeiro, Lisboa**
- 32. Termas de Ladeira de Envendos, Santarém**

Zona Sul e Ilhas

- 33. Termas de Cabeço de Vide, Portalegre**
- 34. Fadagosa de Nisa, Portalegre**

35. Caldas de Monchique, Faro

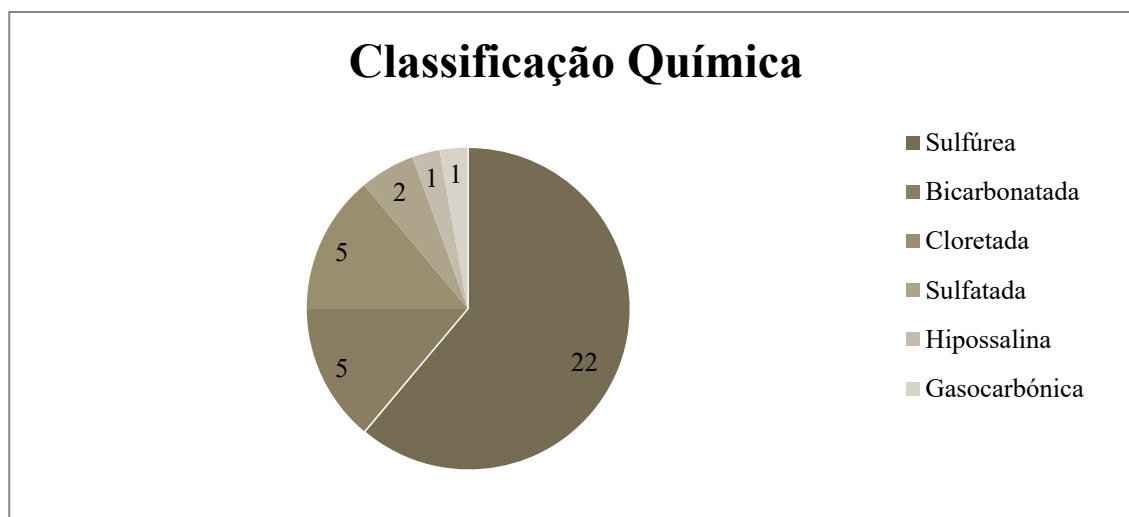
36. Termas das Furnas, Açores

É importante que todas respondam às várias questões essenciais para este projeto – **Classificação Química, Utilidade Terapêutica e Tratamentos Termais** – para um melhor conhecimento e para uma melhor aplicação destes exemplos no projeto deste trabalho. Esta lista poderá ser consultada no **Anexo A**, seguindo, sempre, a ordem representada nesta legenda.

Nascente Localização Link	Classificação Química
	Patologias
	Terapêuticas

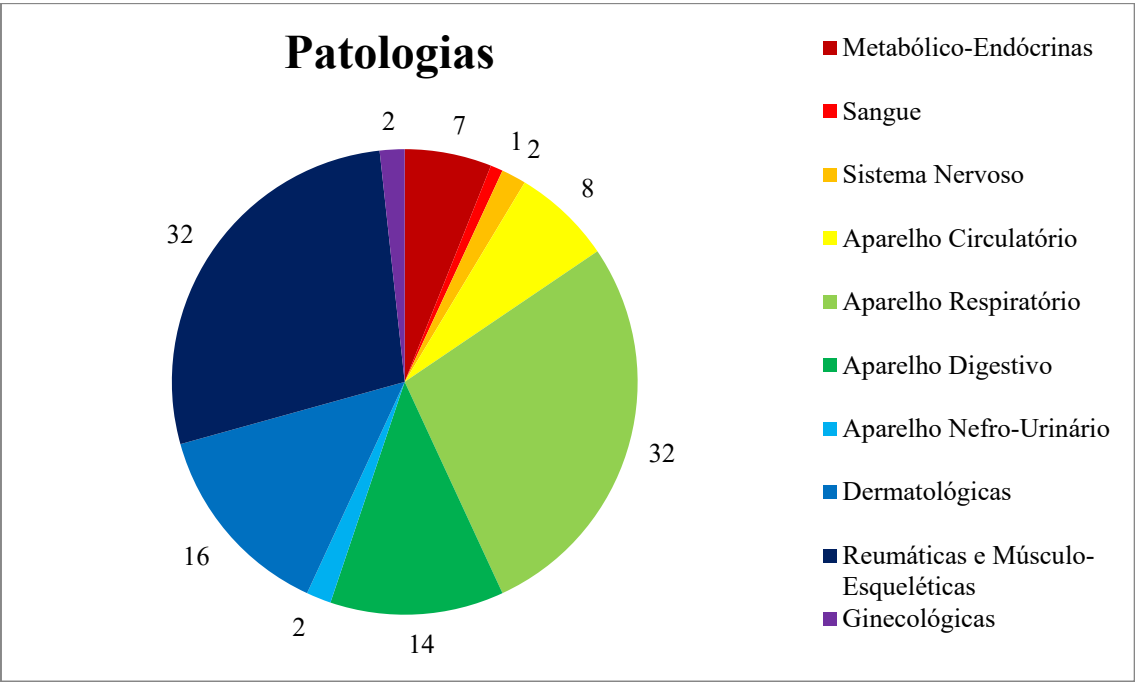
Tab. 2 Legenda da Tabela de Nascentes de Portugal

Em relação à **Classificação Química**, podemos observar que existe um maior número de nascentes Sulfúreas (vinte e dois casos), seguindo-se as Bicarbonatadas e as Cloretadas num número consideravelmente menor (cinco).



Tab. 3 Classificação química das nascentes analisadas no Anexo A

Quando um paciente procura uma estância termal é importante saber a qual se pode dirigir consoante a patologia que sofre. Podemos observar que, as doenças Reumáticas e Músculo-esqueléticas, bem como as referentes ao Aparelho Respiratório estão representadas na grande maioria das termas em Portugal (trinta e duas nascentes, das trinta e seis no total). Infelizmente, apenas uma nascente termal possui terapêuticas que tratem das patologias do Sangue, sem esquecer que não são apenas as terapêuticas, mas também as qualidades da água Hipossalina poderão tratar estes doentes.



Tab. 4 Patologias aplicadas nas nascentes analisadas no Anexo A

Para uma melhor pesquisa entre Nascentes Termas e Patologias, a seguinte tabela poderá auxiliar na decisão pela melhor estância termal.

	Metabólico-Endócrina	Sangue	Sistema Nervoso	Aparelho Circulatório	Aparelho Respiratório	Aparelho Digestivo	Aparelho Nefro-Urinário	Dermatológica	Reumática e Músculo-esquelética	Ginecológica
Caldas de Monção					●				●	
Termas do Peso	●				●	●			●	●
Caldas de Caldelas					●	●			●	
Caldas do Gerês	●			●		●				
Caldas de Taipas					●			●	●	
Termas de Entre-os-Rios					●				●	
Termas de S. Vicente					●			●	●	
Caldas da Saúde					●				●	
Caldas de Chaves				●	●	●			●	
Termas das Pedras Salgadas	●					●				
Termas de Vidago		●	●		●	●		●		
Termas da Curia	●			●			●		●	
Termas do Luso	●			●	●		●		●	
Caldas de S. Jorge					●			●	●	
Termas de Alcafache	●				●				●	
Caldas de Aregos					●				●	
Termas do Carvalhal								●	●	●
Caldas da Felgueira					●			●	●	
Termas de S. Pedro do Sul					●				●	
Caldas de Sangemil					●				●	
Fonte de Santa de Almeida					●				●	
Caldas da Cavaca				●	●	●		●	●	
Termas de Cró					●			●	●	
Termas de Longroiva					●			●	●	
Caldas de Manteigas					●				●	
Hosp. Termal Rainha D. Leonor					●				●	
Termas de Monte Real					●	●			●	
Termas de Monfortinho					●	●		●	●	
Termas de Unhais da Serra				●	●	●			●	
Termas do Estoril					●			●	●	
Termas do Vimeiro				●	●	●		●		
Termas da Ladeira de Envendos					●	●		●	●	
Termas de Cabeço de Vide					●			●	●	
Fadagosa de Nisa	●				●			●	●	
Caldas de Monchique					●	●			●	
Termas das Furnas			●	●	●	●		●	●	

Tab. 5 Tabela baseada na tabela presente na Brochura Digital das Termas de Portugal (Portugal, 2017)

Referências Bibliográficas

de Oliveira, P. C., Teixeira, P., de Carvalho, P. M., Monteiro, D., Cantista, D., Silva, D. J., et al. (2009). *Manual de Boas Práticas dos Estabelecimentos Termais*. Lisboa: Associação das Termas de Portugal.

Mecanoterapia. (2017). Obtido em Outubro de 2017, de Fisioterapia Oeiras: <http://www.fisioterapiaoeriras.com/servicos/fisioterapia/mecanoterapia>

Silva, F. M. (2011). "O State of the Art nas Unidades Termais em Matéria de SST". Lisboa: Petrica Editores, Lda.

Silva, F. M. (2011). *Uma Abordagem à Caracterização do Universo Termal*. Lisboa: Petrica Editores, Lda.

3 _ Arquitetura Termal

_Introdução

“A arquitetura termal tem, na sua génese, uma dependência determinante: é impossível construí-la em qualquer lugar, apenas onde existe o líquido que lhe dá razão de ser.” (Pinto & Mangorrinha, 2009)

A arquitetura termal segue as regras impostas pelas características aplicadas à época da construção do edifício, revelando uma forte relação com a época. A sua complexidade evolui com o tempo. No início, a água de nascente foi utilizada através de banhos a diferentes temperaturas. Mais tarde, com a evolução científica, as composições químicas são exploradas para tratar determinadas patologias, através de banhos, duches ou massagens.

Existem três elementos que se revelam essenciais com o tempo: a nascente, o balneário e, mais tarde, as infraestruturas envolventes, ou seja, “elementos anexos ao balneário que tornam o edifício cada vez mais complexo e requintado”. (Coimbra, 2013)

Ao longo dos séculos, é possível observar que a popularidade do termalismo sofreu altos e baixos. Nas épocas áureas surgem evoluções arquitetónicas e sociais, e nos restantes períodos os edifícios chegam a apresentar degradação e abandono.

_Arquitetura Termal Internacional

Período Primitivo

X AC – III AC

Os primeiros vestígios de termalismo na história datam do período neolítico, mais precisamente em Mohenjo-Daro, Paquistão. Tratam-se das primeiras construções em que a água é aproveitada para banhos coletivos. (Ângelo, 2014)

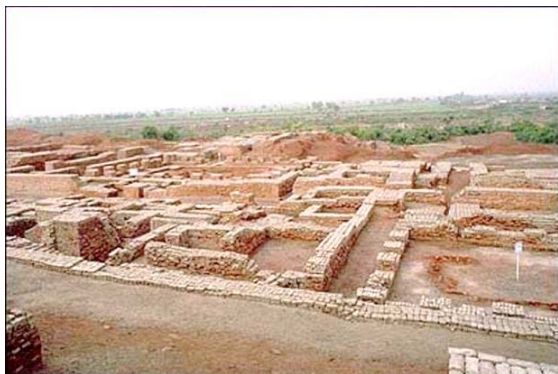


Fig. 1 Vestígios de estâncias termais em Mohenjo-Daro, Paquistão

Disponível em: http://www.sewerhistory.org/wp-content/uploads/2014/09/moh_wam14.jpg
a 18 de Julho de 2018

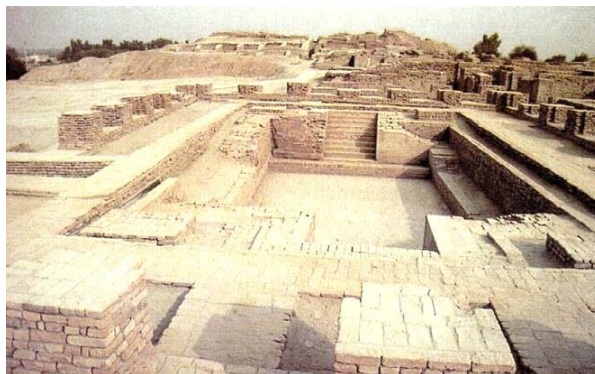


Fig. 2 Vestígios de estâncias termais em Mohenjo-Daro, Paquistão

Disponível em: http://www.sewerhistory.org/wp-content/uploads/2014/09/moh_wam15.jpg
a 18 de Julho de 2018

Posteriormente, durante o período da Baixa Mesopotâmia, os povos da Babilónia e da Caldeia associaram as águas de nascente a crenças religiosas e místicas, estando estas indicadas para a cura de patologias do aparelho digestivo e dermatológico através de banhos públicos. Tais convicções foram defendidas pelos persas, e mais tarde, pelos egípcios. (Ângelo, 2014) Na Europa, é possível observar vestígios do que seriam à época os banhos públicos da população de Creta. (Coimbra, 2013)



Fig. 3 Palácio de Cnossos, Creta – Sala do Trono

Disponível em:
<https://i.pinimg.com/564x/15/66/7a/15667af296c693cd63f0c8ff8a844b6b.jpg>
a 18 de Julho de 2018



Fig. 4 Banhos Públicos em Cnossos, Creta

Disponível em:
<https://i.pinimg.com/564x/75/ea/0e/75ea0ef9f9a4f4f1ef62911699f22b07.jpg>
a 18 de Julho de 2018

A primeira civilização a explorar os banhos termais foi a grega. No início, os banhos tinham como denominação ‘*Balneae*’, tratando-se de pequenos edifícios com três ou quatro compartimentos ligados entre si, “com um sistema de calefação pouco desenvolvido e normalmente situados perto dos ginásios”. (Lacerda, 2011) Nestes espaços de banhos privados e pagos, os utentes de famílias mais abastadas “descobriram o bem-estar” alternando entre banhos frios e quentes. (Pinto & Mangorrinha, 2009)

***Balneae* (pl.) – Banhos; *Ballneum* (n.) – banho,
quarto de banhos, estufa. (Ferreira, 1993)**

A tradição grega do uso das águas termais foi prolongada e melhorada pela cultura romana, que manteve o hábito de higiene e contexto social que levou ao desenvolvimento de relações sociais. Por volta do ano 19 AC, surgem edifícios de planta circular mais complexa que os anteriores, ganhando o termo ‘*Thermae*’. Do ponto central do edifício são distribuídas as restantes divisões e é neste momento que surgem elementos anexos – bibliotecas, salas de reuniões, conferências, espaços comerciais e jardins. Esses novos elementos levaram à criação da denominação Termas Imperiais.

**Thermae – Caldas, termas, banhos quentes.
(Ferreira, 1993)**

Segundo a medicina hipocrática, os banhos em água fria possuíam propriedades curativas em doenças agudas, enquanto os banhos em água quente funcionavam como calmantes “após o estudo das alterações de humores orgânicos em função das modificações do ambiente”. (Coimbra, 2013) Hipócrates defendia que a cura humana através de um dos quatro elementos – Fogo, Terra, Ar e Água -, ou seja cura elementar, tem de ser utilizada minuciosamente, levando ao equilíbrio do paciente e o seu ambiente envolvente.

Não havia médicos nas termas, mas os termalistas mais abastados poderiam levar os seus médicos para os acompanhar e aconselhar.

Durante o século I AC, o arquiteto **Vitrúvio** publicou vários textos sobre arquitetura, que serviram de inspiração nos futuros arquitetos do período renascentista, tornando-se na base da arquitetura clássica e termal.

Exemplo de grandiosidade e magnificência, a arquitetura vitruviana defende a arquitetura vernacular, ou seja, a procura em utilizar os materiais existentes na região, e utilizar da melhor forma possível o terreno e os materiais na zona envolvente à construção evitando custos elevados e desnecessários.

As Termas Imperiais “*eram construções longas, usualmente de um só piso. Toda a sua imagem exterior apresentava um aspecto compacto de contornos nítidos, uma configuração simbólica do poder institucional. A fachada principal patenteava a sensações de grandiosidade através de uma monumentalidade desenvolvida por preceitos racionalistas. Formalmente eram constituídas por combinações volumétricas de geometria simples com escalas precisas. A frontaria era organizada por zonas denominadamente embasamento, corpo e entablamento. Este elemento era suportado por colunas, sendo constituído por arquitrave, friso e cornija. Como a fachada a planta era de carácter simétrico, de organização funcional desenvolvida de forma axial. Era composta por um sistema de construções interrelacionadas, cujas formas se encontram em correspondência por esquemas geométricos simples.*” (Lacerda, 2011)



Fig. 5 Panorâmica das Termas de Caracalla, construídas entre 216 e 235

Disponível em:

https://pt.wikipedia.org/wiki/Termas_de_Caracala#/media/File:PanoramaCaracallaThermen2014.JPG
a 18 de Julho de 2018



Fig. 6 Balneário de Caracalla, Roma

Disponível em: <https://www.tourinrome.com/wp-content/uploads/2015/04/terme-di-caracalla-3.jpg>

a 18 de Julho de 2018

Nos balneários romanos os utilizadores femininos e masculinos não se misturavam, pelo que existia uma entrada e consequentes secções em separado. O processo do circuito termal, que aconselha o paciente a entrar em determinadas salas numa determinada ordem, era igual em ambas as partes. (Ângelo, 2014)

Nas grandes termas existiam piscinas onde se podia nadar, nas menores o banho era feito em banheiras ou tanques de água quente. As águas eram aquecidas através de câmaras de calor (*hypocaustum*) por baixo dos pavimentos e condutas de calor nas paredes, possuindo “inteligentes sistemas de captação e adução de água e esgotos” (Ângelo, 2014) e revelando complexidade técnica.



Fig. 7 Hypocaustum

Disponível em:

<http://www.pages.drexel.edu/~jpm55/AE390/A5/hypocaust3.bmp>
a 18 de Julho de 2018

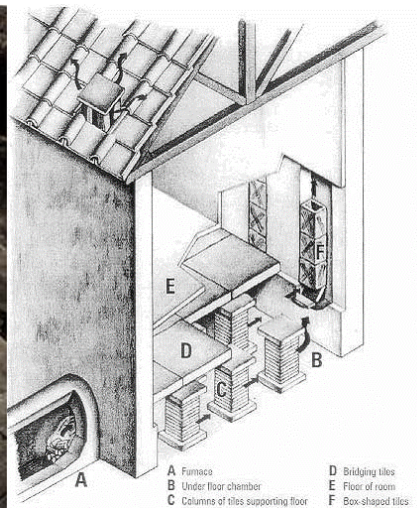


Fig. 8 Imagem esquemática do funcionamento do Hypocaustum

Disponível em:

<http://www.pages.drexel.edu/~jpm55/AE390/A5/hypocaust4.bmp>
a 18 de Julho de 2018

Os banhos pressupõem a existência de aquedutos que garantissem o abastecimento diário de água limpa, capaz de garantir o seu funcionamento e assegurar a regular renovação desta.



Fig. 9 Aqueduto Aqua Claudia, Roma - Construído entre 38 e 52 DC

Disponível em: https://pt.wikipedia.org/wiki/Aquedutos_romanos#/media/File:Aqua_Claudia_01.jpg
a 18 de Julho de 2018

O ‘dicionário’ da Arquitetura Vitruviana apresentava os seguintes termos do que se considerava o banho ideal. (Archeology, 2010) e (Graça, 2013):

— **Androniceum**

- **Andron (m.) – aposentos destinados aos homens; Andronculus (m.) – pequeno aposento destinado a homens.** (Ferreira, 1993)
- Secção Masculina (Archeology, 2010)

— **Ginesium**

- Secção Feminina (Archeology, 2010)

— **Apodyterium**

- **Apodyterim (n.) – vestiário dum balneário.** (Ferreira, 1993)
- Entrada nas termas romanas logo após ao pórtico da entrada. Nesta câmara, ou vestiário, o termalista despia-se e guardava a sua roupa. (Graça, 2013)

— **Unctorium**

- **Unctorium (n.) – sala de fricções** (Ferreira, 1993)
- Local onde o paciente era untado com óleos perfumados, podendo depois dirigir-se a um espaço de exercício. (Graça, 2013)

— **Spheristerium**

- Local onde se praticava treinos físicos, especialmente desportos com bolas. (Graça, 2013)

— **Laconicum**

- Câmara seca e quente que antecedia a entrava em câmaras de banhos. (Graça, 2013)

— **Caldarium**

- **Caldarium (n.) – estufa, caldeira; Caldarius (adj.) relativo ao calor; quente, de água quente; de estufa.** (Ferreira, 1993)
- Câmara onde se praticavam banhos em água quente em piscinas ou tanques. (Graça, 2013)

— **Tepidarium**

- **Tepidarium (n.) – sala onde se tomam banhos quentes; Tepidarius (adj.) – relativo a água tépida, relativo aos banhos tépidos.** (Ferreira, 1993)
- Câmara com temperatura morna que antecedia ao banho em água quente. Ambiente morno para descanso ou massagens. (Graça, 2013)

— **Frigidarium**

- **Frigidarium (n.) – geleira, câmara fria; Frigidarus (adj.) – próprio para arrefecer.** (Ferreira, 1993)

- Câmara com água fria. (Graça, 2013)

— **Natatio**

- **Natatio (f.) – natação; lugar onde se pode nadar. Natatoria (f.) – lugar onde se nada, piscina.** (Ferreira, 1993)
- Piscina com água fria, por vezes em descoberto, onde se praticava natação.

— **Destrictarium**

- **Destrictarium (n.) – sala de fricções depois do exercício** (Mahoney, 2002-2018)
- Câmara final onde o paciente, depois de liberto de todas as impurezas, volta a ser envolvido com óleos perfumados. (Graça, 2013)

— **Basilica Thermarium ou Palaestra**

- **Basilica (f.) – basílica, grande edifício público onde funciona o tribunal, a bolsa de comércio e que servia também de lugar de passeio. Palaetra (f.) – Palestra, exercício de luta, luta; lugar onde se praticam a luta e os exercícios físicos, palestra, ginásio.** (Ferreira, 1993)
- Pátio central para o qual se abriam todas as demais câmaras e era usado para exercícios físicos. (Archeology, 2010)

— **Sudatorium**

- **Sudatio (f.) – acção de suar, transpiração, suor; estufa.** (Ferreira, 1993)
- **Sudatorium (n.) – sala de sudação (para suar).** (Mahoney, 2002-2018)
- Câmara com vapores, parecida com a sauna moderna (sala de transpiração). (Archeology, 2010)

— **Tabernae**

- **Taberna (f.) – loja, armazém.** (Ferreira, 1993)
- Lojas adjacentes às câmaras de banho, onde se vendiam bebidas e comidas. (Archeology, 2010)

— **Hypocaustum**

- **Hypocaustum (n.) – sala aquecida por baixo; sistema de canais de ar quente para banhos de aquecimento.** (Mahoney, 2002-2018)
- Sistema de aquecimento sob o pavimento, em que o ar aquecido das fornalhas circulava através de tijolos perfurados, e daí espalhava calor no interior das paredes. (Archeology, 2010)

— **Praefurnium**

- **Praefurnium (n.) – boca do forno.** (Ferreira, 1993)
- Local das fornalhas subterrâneas que aqueciam o ar e a água das banheiras.
(Archeology, 2010)

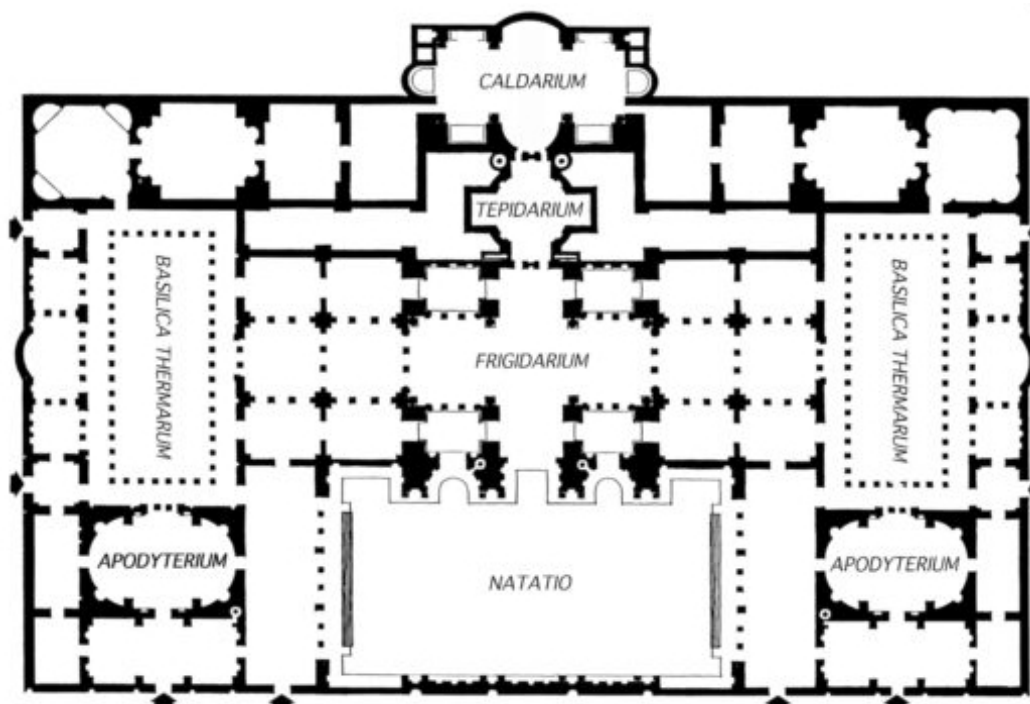


Fig. 10 Planta das Termas de Caracala, em Roma

Disponível em: http://louisfeedsdc.com/wp-content/uploads/roman-baths-plan-name-imperial-bath_881837-670x400.jpg

a 18 de Julho de 2018



Fig. 11 Termas de Diocleciano, Roma, séc. IV DC

Disponível em: <https://media-cdn.tripadvisor.com/media/photo-s/0e/ae/0a/d5/termas-de-diocleciano.jpg>

a 18 de Julho de 2018



Fig. 12 Termas de Diocleciano, Roma, séc. IV DC

Disponível em: <https://www.viajaraitalia.com/termas-de-diocleciano/>

a 18 de Julho de 2018



Fig. 13 Frigidarium masculino, Termas Stabianas em Pompeia
Disponível em: <https://i.pinimg.com/564x/75/ea/0e/75ea0ef9f9a4f4f1ef62911699f22b07.jpg>
a 18 de Julho de 2018



Fig. 14 Padrão em calçada, Pompeia
Disponível em: <http://www.gordonfamilyrtw.com/wp-content/uploads/2014/10/image66.jpg>
a 18 de Julho de 2018

Período Islâmico VII – XIII

Este período de ouro da civilização islâmica coincidiu com o período medieval europeu. Enquanto na Europa o termalismo vivia momentos de decadência e abandono, a região oriental continuava a “procura pela purificação” (Coimbra, 2013) através do culto às águas de nascente. A tradição romana dos banhos públicos, aqui denominados de *hammam*, foi mantida com a prática da higiene e convívio social. Nas termas islâmicas, os homens e mulheres também frequentam os banhos em separado, mas neste caso, eram praticados em horários distintos, para não se juntarem no mesmo *hamma* – sauna húmida.



Fig. 15 Turkish Bath by Jean Jacques Francois Lebarbier, 1785
Disponível em: <https://www.enjoy-bodrum.com/images/jean-jacques-francois-lebarbier-turkish-bath-1785.jpg>
a 18 de Julho de 2018



Fig. 16 Hammam no século VII AC, Marraquexe
Disponível em: https://www.alksar.com/wp-content/uploads/2017/05/img_4915-2-768x512.jpg
a 18 de Julho de 2018

O processo de aquecimento das águas seguia as características das termas romanas, no entanto, em vez de banhos, os termalistas relaxavam em salas com ambiente húmido e ar quente (*tepidarium*), seguindo para uma sala com ambiente ainda mais quente (*caldarium*), e, por fim, mergulham numa piscina com água fria (*frigidarium*) com o objetivo de contrair o corpo, que dilatou nas divisões anteriores. No último local deste circuito termal o termalista recebe uma massagem e relaxamento corporal, podendo, durante o processo, beber um chá e ouvir música. (Lacerda, 2011)

Período de Declínio

Primeira metade da Idade Média

Com a queda do Império Romano do Ocidente, o termalismo sofre um acentuado declínio. Os hábitos da população europeia demonstraram uma falta de preocupações com a higiene, onde se misturou a vida boémia, álcool e bordéis com o culto das águas. Essa falta de cuidado com a higiene pessoal e preocupação com a cura termal levaram ao aparecimento de várias doenças, incluindo a lepra.

Tratando-se de hábitos e costumes promíscuos e sem moral, os edifícios termais deixaram de receber manutenção o que levou à ruína e abandono de alguns deles. Assim, a igreja cristã passou a explorar as águas de nascente termal, por se tratar de ‘águas santas’. Com a evolução de doenças infecciosas, houve a necessidade de construir diversos hospitais junto às nascentes termais.

Período de Novo Ciclo

Segunda metade da Idade Média – XVIII

Por volta do século XIII, surge um novo ciclo na história do termalismo. A prosperidade económica graças à evolução agrícola levou a uma melhoria da quantidade e qualidade dos alimentos. Regressa a preocupação com a saúde e higiene, e, mais uma vez, regressam os pacientes às termas.

A Europa oriental manteve a preocupação com o culto das águas e higiene pessoal, o que obrigou a região ocidental a acompanhar os avanços alcançados, investindo “na área da medicina e da terapêutica das águas termominerais”. (Ângelo, 2014) Durante o período do

renascimento, os estudos da hidrologia são recuperados, bem como todas as características da cultura romana, arquitetura, usos e costumes, pelo que foi necessário recuperar os balneários que ficaram ao abandono.

Período da Hidrologia Química **Segunda metade do século XVIII - XIX**

Os grandes avanços científicos e medicinais realizados no século XVII são fundamentados e comprovados durante o século XVIII. O surgimento da química moderna levou à análise da composição química da água, permitindo a otimização dos seus efeitos terapêuticos. Segundo as Teses de Lavoisier, a água é um composto químico constituído por dois elementos combinados em proporções fixas, e é nesta fase da ciência que se iniciam novas possibilidades e tratamentos terapêuticos – “banhos de imersão, minero-medicinais, jactos de água e/ou de vapor, inalação/ingestão/do líquido” (Lacerda, 2011)

A arquitetura termal necessitou de adaptar o programa de espaços aos avanços da ciência e aos processos técnicos das terapêuticas, no entanto, os detalhes e características da arquitetura clássica são lembrados e recuperados através de:

- “gigantismo de proporções;
- uniformização do ritmo das fachadas, enriquecidas pelos frontões;
- decorações interiores nas quais o ornato ganha relevo e peso, revestindo os grandes átrios de acolhimento e recepção, as galerias exteriores e de distribuição e o acesso aos compartimentos individuais de terapia, às grandes piscinas e zonas colectivas de descanso.” (Pinto & Mangorrinha, 2009)

A ingestão de água, ou hidropinia, ganha um grande destaque depois de conhecida a sua composição química. A *buvette* ganha destaque, num local central do balneário ou num pequeno edifício de destaque no complexo termal.



Fig. 17 *Trinkhalle* (Buvette), Baden-Baden, Alemanha
Disponível em: https://upload.wikimedia.org/wikipedia/commons/1/19/Baden-Baden_10-2015_img41_Pump_house.jpg
a 18 de Julho de 2018

O ‘termalismo de corte’ foi muito praticado neste período e, como tal, houve a necessidade de recuperar “antigas instalações ou estruturas abandonadas” (Pinto & Mangorrinha, 2009). Por se tratar de grandes impulsionadores, estes edifícios ganharam o nome dos representantes que mais as frequentavam e promoviam.

A partir do final do século XVIII, tornou-se obrigatório inserir as termas “em ambiente arborizado”, seja em contexto de jardim inglês – prático e sem necessidade de manutenção, como uma *natura naturans* - ou francês – jardins monumentais, onde os lagos, pontes e estátuas se integram com a arborização moldada pelo Homem. A intenção é de dar uma função em todos os passos que o paciente dê por todo o complexo termal.

A cidade de **Bath**, em Inglaterra, ganhou um grande destaque nesta época, graças ao seu crescimento, quer a nível arquitetónico como paisagístico. Em poucas dezenas de anos, Bath evoluiu de um modesto burgo para uma cidade termal “moderna e cosmopolita, com base num projecto urbanístico que previu a construção de novos quarteirões, espaços públicos, alamedas e galerias de passeio e recolhimento” (Pinto & Mangorrinha, 2009) . Os complexos termais transformam-se em espaços com vários edifícios funcionais, inseridos num jardim acolhedor que serve para descansar, deambular, ou simplesmente para unir destinos.



Fig. 18 Termas Romanas de Bath, Inglaterra
Disponível em:
https://visithath.co.uk/images/made/images/uploads/site/_1000px/The_Great_Bath_750_500_s_c1.jpg
a 18 de Julho de 2018



Fig. 19 Cidade de Bath, Inglaterra
Disponível em: <https://www.wanderlustchloe.com/wp-content/uploads/2017/07/14-Bath.jpg>
a 18 de Julho de 2018

Paralelamente ao crescimento da cidade de Bath, é inaugurado a 1742 o primeiro hospital reumatológico, tornando-a na cidade termal mais completa, revelando uma grande preocupação com todas as classes sociais.



Fig. 20 Primeiro Hospital Reumatológico, Bath
Disponível em:
<https://thephysiologist.files.wordpress.com/2016/10/min1.jpg>
a 18 de Julho de 2018

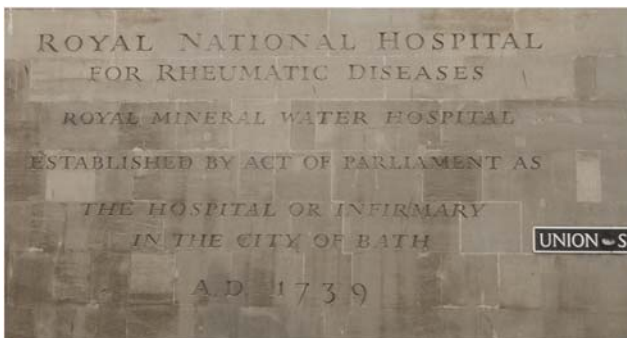


Fig. 21 Inscrição no exterior do Hospital Reumatológico de Bath
Disponível em: <http://bath-heritage.co.uk/Media/rnhrd.jpg>
a 18 de Julho de 2018

A Revolução Industrial trouxe muita população para as cidades, e a sua sobrelotação e escassez de higiene levou ao surgimento de epidemias. Para evitar a sua propagação, o banho deixou de ser uma atividade de ócio e social, e voltou a ser um bem essencial e obrigatório na rotina do ser humano.

No entanto, a Revolução Industrial também trouxe evolução mecânica e científica, e o crescimento de cidades como Bath (Inglaterra) e Spa (Bélgica) deveu-se essencialmente a todas os benefícios que esta trouxe como a construção da via-férrea, a mecanização de práticas termais e procura da higiene, saúde e bem-estar.

Nas últimas décadas do século XIX, existia uma forte competição entre as termas de França e Alemanha, o que levou a constantes melhoramentos e inovações, influenciando outros países. A publicidade foi tanta, que as cidades termais se transformaram em espaços de habitação permanente, com constantes atividades e espetáculos.

Em termos urbanísticos, o complexo termal encontra-se disposto da seguinte forma:

- o edifício termal situa-se junto às nascentes, pois as características da natureza assim o obrigam;
- todos os edifícios que possam ‘transmitir’ doenças – “hospital, cloaca e residência de epidemias” (Pinto & Mangorrinha, 2009) – são instalados do lado de fora do complexo;
- os restantes edifícios – casinos, espaços comerciais e lúdicos e hotel – surgem nos parques e jardins para que os pacientes possam deambular nestes ambientes quando se dirigem duns espaços para outros.

Os detalhes construtivos passam por “colunas e pilastras decoradas, capitéis de todas as ordens clássicas, fechos de abóboda de muitas cores, mosaicos dourados, chaminés excessivas, variada policromia nos materiais que também completam o catálogo (pedra, tijolo, madeira, grés, faiança, ferro e estuque)” (Pinto & Mangorrinha, 2009) continuando o detalhe que a arquitetura clássica, a ‘construção original’, apresentava nos primeiros espaços termais.

Período Clínico-Científico XX

Durante o século XIX foram desenvolvidos processos científicos, que foram aprofundados e provados no século XX, que ficou marcado “pela investigação, profissionalização e especialização das técnicas terapêuticas”. (Ângelo, 2014)

Nos *loucos* anos 20, instalou-se um sentimento de esperança e otimismo, renovando-se o culto do termalismo, do ócio e do desporto. Graças ao aumento de termalistas, houve a necessidade de dividir os espaços termais por classes – 1ª, 2ª ou 3ª. As instalações termais que são construídas nesta década apresentam-se cada vez mais completas e complexas, através da criação de novos espaços de desporto – “campos de ténis, críquete, golf, tiro e hipódromo” (Pinto & Mangorrinha, 2009) -, extensos jardins junto aos casinos, teatros com agenda preenchida, salões de baile, e dos novos movimentos arquitetónicos onde se torna perceptível a função do edifício.

Um dos exemplos são as termas de Széchenyi, em Budapeste, consideradas as maiores da Europa, incluindo a sua cidade, “não apenas pela elevada quantidade de nascentes termais existentes (mais de uma centena), mas sobretudo pelas suas modernas infra-estruturas, aliando um conjunto patrimonial riquíssimo, às novas dinâmicas sociais.” (Ângelo, 2014)



Fig. 22 Termas de Széchenyi (1913), Budapeste

Disponível em: <https://i0.wp.com/welovebudapest.com/en/wp-content/uploads/sites/3/2015/01/e18af3a3b250e86c13bae7124b2a15bb.png?resize=1920%2C1080&ssl=1>
a 18 de Julho de 2018



Fig. 23 Termas de Széchenyi (1913), Budapeste

Disponível em: <http://www.szechenyibath.hu/static/baths/8/slideshow/87.jpg>

a 18 de Julho de 2018

Mais tarde, na década de 30, a descoberta da penicilina e a evolução de processos químicos no tratamento de patologias, levou a um novo afastamento ao termalismo.

Período Atual

Últimas décadas do século XX

A evolução mundial tem avançado a um ritmo vertiginoso – o que hoje é dado como certo, amanhã poderá não ser. Acontece em todas as áreas, principalmente a nível científico. O termalismo atual está focado na componente turística, com uma maior variedade de ofertas, respondendo às diferentes exigências dos pacientes e levando o termalista a escolher o que mais se adequa às suas necessidades - novos espaços de tranquilidade, menos cura física e maior cura espiritual.

Nos últimos anos, a arquitetura não segue um estilo específico, o que permite ao criativo a liberdade para criar espaços inovadores e mais fluídos, quer em edifícios reabilitados ou em nova construção. Com a existência de novos materiais, e onde não existe peso histórico arquitetónico, há uma maior diversidade de projetos, que procuram transparência, enaltecendo a natureza através da entrada de vegetação e iluminação natural.

Através dos avanços da hidrologia médica, da terapia e dos novos programas de bem-estar, há a necessidade de aperfeiçoar as instalações e equipamentos, tornando-os mais ergonómicos e higiénicos, e as técnicas hidrominerais, mais específicas e padronizadas. Novas áreas e novas relações funcionais obrigam à:

- “separação de circuitos,
- utilização de novos materiais e de sistemas de desinfecção (por via de exigentes critérios de higiene),
- criação de áreas adequadas aos equipamentos actuais e a uma rede complexa de infra-estruturas (como sistemas logísticos mecânicos, novas exigências das redes eléctricas e climatização interior).” (Ângelo, 2014)

Continuando o conceito dos séculos anteriores, o complexo termal é constituído por balneário, alojamento, jardim e espaços anexos – restauração, zona de entretenimento e desporto. Estes últimos poderão estar inseridos dentro do complexo ou nas imediações, contribuindo para a continuação da cultura de lazer.

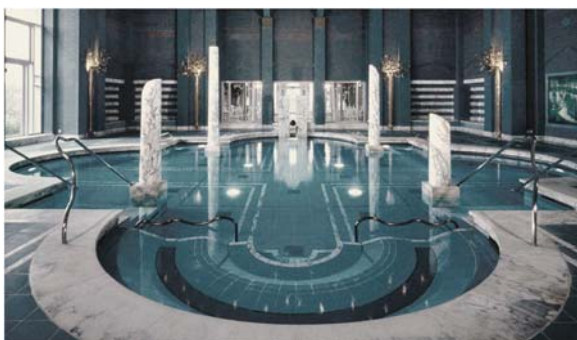


Fig. 24 Interior de Limes-Therme Aalen, arquiteto Rudolf Wienands (1983-85), Alemanha
Disponível em: https://www.spa-dich-fit.de/fileadmin/images/hotel/129/5af2e5e24b748_50_wellnesshotel_aalen_limes_thermen.jpg
a 18 de Julho de 2018



Fig. 25 Exterior de Limes-Therme Aalen, arquiteto Rudolf Wienands (1983-85), Alemanha
Disponível em: https://www.spa-dich-fit.de/fileadmin/images/hotel/129/5af2e5e448760_05_wellnesshotel_ramada_aalen.jpg
a 18 de Julho de 2018



Fig. 26 Edifício Thermes de Vichy, Callou, arquitetos Douat & Harland (1990-93), França
Disponível em: http://www.vichy-thermes-callou-hotel.fr/sites/all/files/imagecache/full_colonne/VICHY-THERMES-HOTEL-thermes-callou-2.jpg
a 18 de Julho de 2018



Fig. 27 Thermes de Vichy, Callou, arquitetos Douat & Harland (1990-93), França
Disponível em: http://www.thermhotel.com/images/xi_sville/32/13/v2-vichy-03.jpg
a 18 de Julho de 2018



Fig. 28 Hall de Thermes de Vichy, Callou, arquitetos Douat & Harland (1990-93), França
Disponível em: <https://www.vichy-spa-hotel.fr/sites/www.vichy-spa-hotel.fr/files/styles/slider1600x625/public/slide/medical-spa-france-vichy-medecin.jpg?itok=6TzdBAz->
a 18 de Julho de 2018

O exemplo mais icónico do período contemporâneo são as **Termas de Vals**, na Suíça. Este edifício, projetado por Peter Zumthor, responde às regras vitruvianas em que uma das características é a aplicação de uma arquitetura vernacular, onde se respeitam as volumetrias topográficas e apenas são utilizados elementos construtivos da região, trazendo o mínimo de custos.

A sua arquitetura sensorial tira partido da funcionalidade, através da utilização de um grande volume de pedras da região – Gneis de Vals – e da sua geometria pura, em cunha no terreno, resistindo à fluidez da natureza. A iluminação é explorada neste projeto através de janelas de grandes dimensões ao longo da fachada, bem como, de iluminação zenital, mantendo a ligação com a natureza. (Ângelo, 2014)



Fig. 29 Termas de Vals, arquiteto Peter Zumthor (1986 – 1997), Suíça
Disponível em: https://7132.com/media/162758/therme_slide_therme-spa-graubunden-vals_03.jpg
a 18 de Julho de 2018

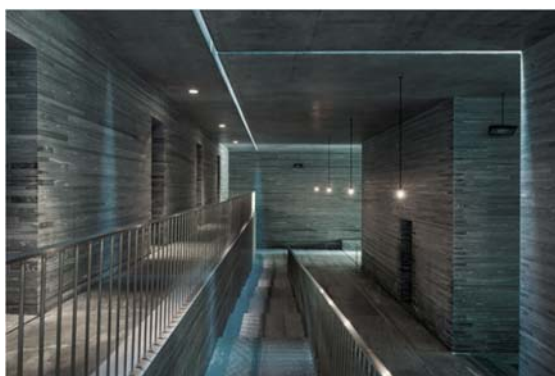


Fig. 30 Termas de Vals, arquiteto Peter Zumthor (1986 – 1997), Suíça
Disponível em: <https://www.world-architects.com/images/Projects/98/73/50/ba3e37bb37ab44a1b8de8a1b17a1b678/ba3e37bb37ab44a1b8de8a1b17a1b678.6e7b65d0.jpg>
a 18 de Julho de 2018



Fig. 31 Termas de Vals, arquiteto Peter Zumthor (1986 – 1997), Suíça
Disponível em:
<https://static.dezeen.com/uploads/2017/05/peter-zumthor-vals-therme-spa-fernando-guerra-2364-col-1-822x548.jpg>
a 18 de Julho de 2018



Fig. 32 Termas de Vals, arquiteto Peter Zumthor (1986 – 1997), Suíça
Disponível em:
<https://i.pinimg.com/originals/0b/5e/27/0b5e2757697e273ec327442fdca36935.jpg>
a 18 de Julho de 2018

Arquitetura Termal Nacional

Período Romano

III AC – V DC

Os primeiros vestígios arqueológicos de aproveitamento da água de nascente apresentam uma grande influência romana, onde é possível observar várias ruínas de “balneários que representavam o manifesto do culto do corpo e mente (...) carregados de características funcionais e públicas”. (Coimbra, 2013)



Fig. 33 Termas Aquae Flaviae, Chaves
Disponível em:
https://arqnat.webnode.pt/_files/200000185-6f86b7080b/termas.jpg
a 18 de Julho de 2018



Fig. 34 Termas de Bracara Augusta, Braga, século I
Disponível em:
http://farm5.static.flickr.com/4019/4462991781_4ce71cc3e1.jpg
a 18 de Julho de 2018



Fig. 35 Galerias Romanas, ou Termas Augustais, Rua da Prata
Disponível em: https://upload.wikimedia.org/wikipedia/commons/7/71/Galerias_Romanas.jpg
a 18 de Julho de 2018



Fig. 36 Galerias Romanas, ou Termas Augustais, Rua da Prata
Disponível em: https://www.oportugal.com/wp-content/uploads/2015/03/GaleriasRomanas_CMLISBOA-660x330.jpg
18 de Julho de 2018

Um dos elementos romanos recuperados num passado recente – 1987 – foram as **Termas Romanas de Évora**. A sua construção está estimada por volta dos séculos II e III DC e a sua área de implantação ronda os 300m². Em termos arquitetónicos, a sua construção segue as indicações da arquitetura Vitruviana, estando orientada no sentido Sul/Norte, e as abóbodas “eram construídas com tijolo, revestidas com uma argamassa de estuque e exteriormente por argamassa hidrófuga”. “É constituída por uma piscina rectangular e por uma sala circular de nove metros de diâmetro destinada a banhos quentes e de vapor (*Laconicum*) e por uma fornalha (*Praefurnium*).” (Lacerda, 2011) Existiria, ainda, uma piscina ao ar livre, descoberta a 1994. Tais construções que necessitavam de uma forte capacidade de água, comprovam o excelente abastecimento através de aquedutos.



Fig. 37 Termas Romanas, Évora, século II e III
Disponível em: <http://www.visitevora.net/wp-content/uploads/2015/04/termas-romanas-evora-660x330.jpg>
a 18 de Julho de 2018



Fig. 38 Laconicum das Termas Romanas, Évora
Disponível em: <http://www.visitevora.net/wp-content/uploads/2015/04/termas-camara-evora-600x400.jpg>
a 18 de Julho de 2018



Fig. 39 Vestígios do passado romano nas termas, Évora
Disponível em: <http://www.visitevora.net/wp-content/uploads/2015/04/evora-termas-romanas-600x400.jpg>
a 18 de Julho de 2018

Período Pós-Romano **V - VII**

Com a conquista dos nórdicos sobre o território ibérico e consequente impulsão da religião cristã, o termalismo entra em declínio, igualmente como no resto da Europa. O culto da água como momento de higiene e social foi considerado um ato pagão e pecado, pelo que as águas de nascente foram exploradas apenas para tratamento de doenças e deixou de ser utilizada para socializar e relaxar.

Período Árabe **VII - XII**

Enquanto na Europa o termalismo entrou em descrença e desuso, no território oriental isso não aconteceu. Como tal, o domínio muçulmano na península ibérica, entre os anos 711 e 1147, trouxe renovação, “consequência das influências orientais em relação ao culto do banho e ablução, que faziam parte de ritos religiosos e quotidianos”. (Coimbra, 2013) Um dos exemplos mais conhecidos encontra-se no bairro de Alfama, em Lisboa, onde o povo muçulmano aproveitou todas as nascentes de água da região através de fontes e chafarizes junto das nascentes, preservando as características, qualidades intrínsecas e efeitos medicinais das águas.



Fig. 40 Chafariz de El-Rei, Alfama

Disponível em:

<https://upload.wikimedia.org/wikipedia/commons/b/bd/ChafarizElRei1.JPG>

a 18 de Julho de 2018



Fig. 41 Interior do Chafariz de El-Rei, Alfama

Disponível em:

<http://2.bp.blogspot.com/-lhpnJQ5SrSk/UmbFGGFwK5I/AAAAA AAAAQo/3B98QVNDs8/s1600/Alfama+-+Chafariz+d'El-Rei,+arca+de+%C3%A1gua+5.JPG>

a 18 de Julho de 2018

Período do Início de Portugal

XII – 1143 - Tratado de Zamora

Durante este período inicial do Reino de Portugal, a estirpe da lepra estava em força por toda a Europa, o que “obrigou” à adaptação das termas, que foram construídas para saúde e bem-estar, em hospitais para leprosos e reumáticos. Foi uma época muito forte para a comunidade cristã e todo e qualquer uso de águas de nascentes eram considerados impróprios, pois só os “conventos, abades, bispos e monges” tinham liberdade para explorar as águas “santas” levando ao abandono de muitos edifícios termais. (Coimbra, 2013)

Aquando da Batalha de Badajoz, D. Afonso Henriques tentou recuperar dos ferimentos nas Termas de S. Pedro do Sul, que há data chamavam-se “Alafões ou Lafões”. Tais visitas publicitaram os espaços termais e estes passaram a ter mais utentes. A maior afluência termal chamou a atenção à Casa Real Portuguesa que recuperou o edifício e dotou-o de melhores condições de estadia. (Coimbra, 2013)



Fig. 42 Piscina D. Afonso Henriques, Termas de S. Pedro do Sul
Disponível em: http://4.bp.blogspot.com/-1VDKUi_MHAA/U247DKJXjaI/AAAAAAAAALAE/kM-oJ0beB2k/s1600/termas+ruinas+romanas+de+s.+pedro+do+sul.jpg
a 18 de Julho de 2018

Período de Impulsão XV – XVII

No final do século XV, o termalismo recuperou a sua “força” através de uma “visão estratégica política por parte da Casa Real Portuguesa”, com a construção do primeiro Hospital Moderno do Mundo “com recurso às águas termais”, situado nas Caldas da Rainha. (Pinto & Mangorrinha, 2009)

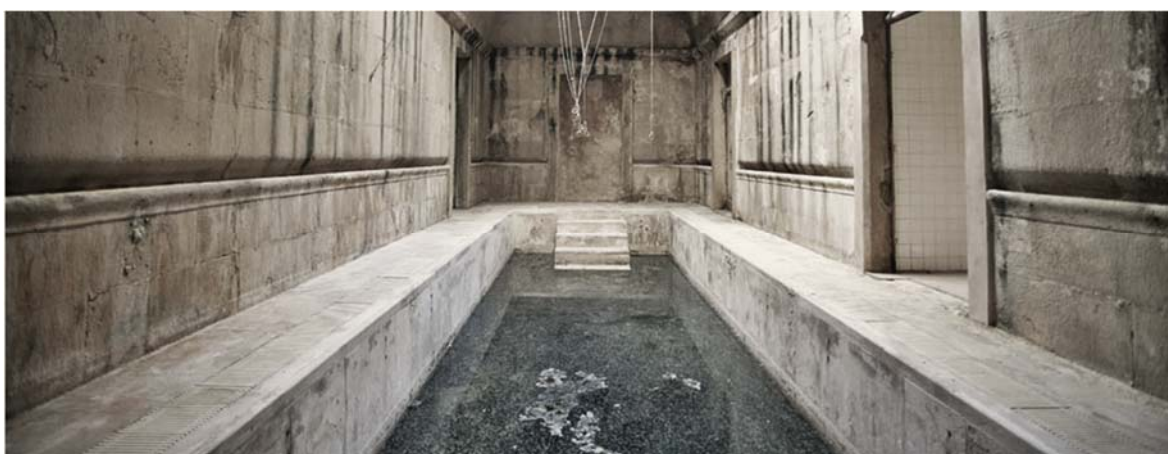


Fig. 43 Piscina do Hospital Termal das Caldas da Rainha
Disponível em: <https://pt.gocaldas.com/wp-content/uploads/sites/5/2015/09/Moldada-pelas-%C3%A1guas-2-foto-grande-do-artigo.jpg>
a 18 de Julho de 2018

As águas da região de Alfama são caracterizadas pela sua temperatura elevada, chegando aos 34°C, assim, a 1640, surge o primeiro estabelecimento termal de Lisboa, as **Alcaçarias do Duque de Cadaval**, situadas entre os nºs 52 e 60 da Rua do Terreiro do Trigo. O edifício foi ampliado a 1716 e, mais tarde, a 1864, foi substituído e “revestido na fachada com ‘azulejo alegre’”. (Ramalho & Lourenço)



Fig. 44 Edifício das Alcaçarias do Duque de Cadaval

Disponível em: <http://aps-ruasdelisboacomhstria.blogspot.com/2010/05/rua-do-terreiro-do-trigo-ix.html>

a 18 de Julho de 2018

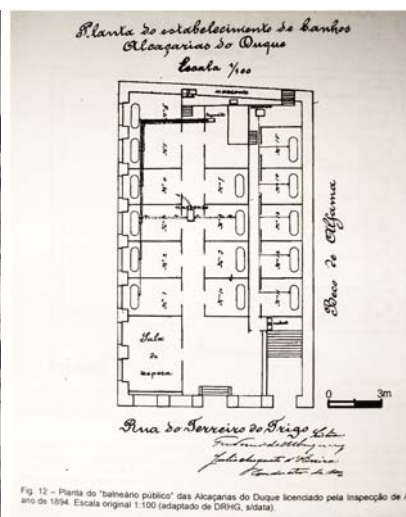


Fig. 45 Planta das Alcaçarias do Duque de Cadaval

Disponível em:

[http://4.bp.blogspot.com/_vMZxJeLuiJQ/S_0ql4mFZGI/AAAAAAAAADko/H6YaOTrezM/s1600/1-](http://4.bp.blogspot.com/_vMZxJeLuiJQ/S_0ql4mFZGI/AAAAAAAAADko/H6YaOTrezM/s1600/1-Rua+Terreiro+do+Trigo+003.jpg)

[Rua+Terreiro+do+Trigo+003.jpg](http://4.bp.blogspot.com/_vMZxJeLuiJQ/S_0ql4mFZGI/AAAAAAAAADko/H6YaOTrezM/s1600/1-Rua+Terreiro+do+Trigo+003.jpg)

a 18 de Julho de 2018

Tratando-se de um bairro tipicamente popular, as águas das nascentes de Alfama eram usadas para fins terapêuticos, mas também para lavagem de couros e lãs. (Ramalho & Lourenço) Não diferindo das termas utilizadas pela alta sociedade, as fontes e balneários em zona mais pobres tão eram utilizadas para encontros sociais.

A 1759 são construídas as **Alcaçarias de Dona Clara**, ou Banhos de D. Clara, e os **Banhos do Doutor** (Fernando). As primeiras estão situadas na Rua do Terreiro do Trigo, junto às Alcaçarias do Duque. Os Banhos do Doutor localizam-se nas traseiras do Chafariz de Dentro – localizado ‘dentro’ da Cerca Fernandina – e teve a sua estrutura reformada a 1776. (Ramalho & Lourenço)



Fig. 46 Edifício das Alcaçarias de Dona Clara
Disponível em:
http://3.bp.blogspot.com/_vMZxJeLUiJQ/S_fPZuB7JLI/AAAAAAADADjo/LU0mQJJJeWvM/s1600/2-B095084-R.Terreiro+do+Trigo.jpg
a 18 de Julho de 2018

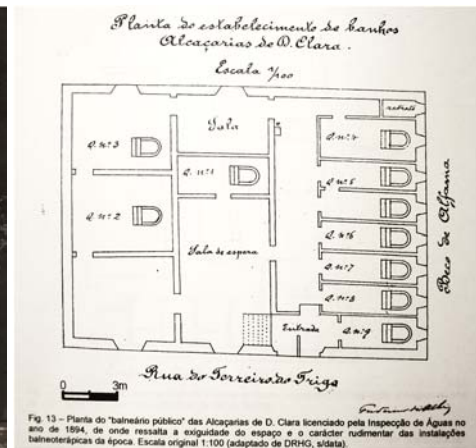


Fig. 47 Planta das Alcaçarias de Dona Clara
Disponível em:
http://3.bp.blogspot.com/_vMZxJeLUiJQ/S_fN5lpvuEI/AAAAAAADjg/fve5QfqQcHI/s1600/1-Rua+Terreiro+do+Trigo+005.jpg
a 18 de Julho de 2018



Fig. 48 Balneário público Banhos do Doutor
Disponível em:
http://2.bp.blogspot.com/_vMZxJeLUiJQ/TAEvVqNwFPI/AAAAAAAADII/mUpjzCQ9rhU/s1600/2-A3051-Lg.+do+Chafariz+de+Dentro.jpg
a 18 de Julho de 2018

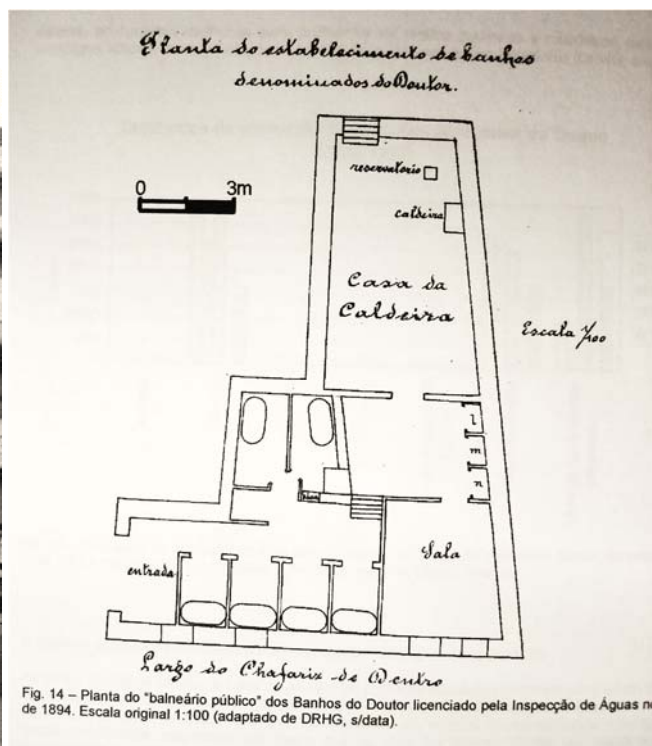


Fig. 49 Planta dos Banhos do Doutor
Disponível em:
http://3.bp.blogspot.com/_vMZxJeLUiJQ/TAEuTKC7-vI/AAAAAAAADIA/wLq3aN8ehpk/s1600/1-Rua+Terreiro+do+Trigo+007.jpg
a 18 de Julho de 2018

Período da Fase Científica em Portugal XVIII - XIX

Durante o reinado de D. João V, surge interesse em conhecer as características medicinais da ciência mineromédical. Assim, a 1726, é publicado por Francisco da Fonseca Henriques o Aquilégio Medicinal onde estão reunidas todas as informações relativamente aos recursos e instalações termas de Portugal. (Ângelo, 2014)

A 1747, o Hospital Termal das Caldas da Rainha foi reformulado pelo engenheiro Manuel da Maia e pelo arquiteto Eugénio dos Santos. Este novo espaço necessitou de cuidados construtivos, pois as cinco nascentes encontravam-se no seu interior. Os aposentos e espaço termal passaram a estar divididos por alas femininas e masculinas, “recuperando o espírito termal inicial”.(Ângelo, 2014)

“O hospital depois das alterações veio a apresentar uma estrutura funcional adequada à cura das várias mazelas, tanto para os mais abastados que se destinavam aos camarotes de tratamentos individualizado, como também para os que não poderiam pagar a sua cura, que eram encaminhados para as enfermarias. Não descuidando na higiene e salubridade.” (Coimbra, 2013)



Fig. 50 Desenho esquemático do Hospital Termal, Caldas da Rainha, 1747
Disponível em: <http://ww3.aeje.pt/avcultura/Avcultura/Postais2/CaldasRainha3/Caldas308.jpg>
a 18 de Julho de 2018



Fig. 51 Interior Hospital Termal Caldas da Rainha

Disponível em:

<http://www.viajerosmundi.com/gallery/image/1036-interior-hospital-termal-de-caldas-da-rainha/?browse=1>
a 18 de Julho de 2018



Fig. 52 Piscina do Hospital Termal Caldas da Rainha

Disponível em:

https://www.visitportugal.com/sites/www.visitportugal.com/files/styles/encontre_detalle_poi_destaque/public/mediateca/N4.TRM1013D.jpg?itok=nMjQsB3L
a 18 de Julho de 2018

Durante o reinado de D. José I, na sequência do terramoto de 1755, houve a necessidade de realizar um “levantamento detalhado do estado de conservação das estruturas termais do país” (Ângelo, 2014). Assim, Marquês de Pombal contratou o naturalista italiano Domingos Vandelli com o objetivo de estudar as nascentes minerais nacionais, divulgá-las e torná-las utilidade pública.

Influenciado pelas características termais aplicadas em França, o passeio passa a fazer parte da cura termal portuguesa, existindo uma preocupação em melhorar os espaços exteriores e retomando o carácter social das termas romanas.

O exemplo mais icónico foi a criação do Passeio da Copa a 1799, onde os pacientes do Hospital Termal das Caldas da Rainha poderiam passear, atenuando o sofrimento do tratamento. Um século mais tarde, o arquiteto Rodrigo Maria Berquó transformou o jardim num parque de características barrocas onde ainda hoje pode ser apreciado o vasto lago e os campos de jogo e passeio, passando a chamar-se Parque D. Carlos I.



Fig. 53 Parque D. Carlos I, Caldas da Rainha

Disponível em:

<https://lifecooler.com/files/registos/imagens/306115/139054.jpg>

a 18 de Julho de 2018



Fig. 54 Parque D. Carlos I, Caldas da Rainha

Disponível em:

<https://lifecooler.com/files/registos/imagens/306115/139049.jpg>

a 18 de Julho de 2018



Fig. 55 Parque D. Carlos I, Caldas da Rainha

Disponível em:

<https://lifecooler.com/files/registos/imagens/306115/139051.jpg>

a 18 de Julho de 2018



Fig. 56 Parque D. Carlos I, Caldas da Rainha

Disponível em:

<http://cdn.olhares.pt/client/files/foto/big/788/7882549.jpg>

a 18 de Julho de 2018



Fig. 57 Balneário das Termas do Luso, 1856

Disponível em: http://lh4.ggpht.com/_FLwHC72BWc/UjwFG5T0uhI/AAAAAABBBhg/tHFr5_80mF8/s1600-h/Balne%2525C3%2525A1rio%25255B20%25255D.jpg

h/Balne%2525C3%2525A1rio%25255B20%25255D.jpg

a 18 de Julho de 2018



Fig. 58 Piscina das Termas do Luso

Disponível em: http://lh4.ggpht.com/_zdttdr0omTg/UjwFIBfPb4I/AAAAAABBBhw/rSNGIMDT1Os/s1600-h/Luso.9%252520%252528piscina%252520das%252520Termas%252529%25255B11%25255D.jpg

h/Luso.9%252520%252528piscina%252520das%252520Termas%252529%25255B11%25255D.jpg

a 18 de Julho de 2018

Período de Legislação Termal

XIX – 1892 (legislações) - 1930

Durante o século XIX, a construção e expansão dos caminhos-de-ferro em Portugal contribuíram para a evolução dos espaços termais, quer nas grandes cidades, como nas regiões do interior, proporcionando uma evolução em localidades com menor capacidade. Os edifícios degradados foram recuperados e o alojamento foi aumentado, acompanhado a evolução nacional e europeia. O fato da Casa Real manter o interesse nos tratamentos naturais que as estâncias termais e as praias da costa portuguesa proporcionavam, fez com que a corte e a população burguesa se tornassem em utentes assíduos das estâncias termais.

A 1892, o médico Alfredo Luís Lopes publica uma lista dos recursos hidrominerais e nascentes existentes no território português, com todos os “dados históricos e científicos, de maneira a conhecer a composição química das águas” (Lacerda, 2011). Este desenvolvimento científico separou o misticismo religioso dos dados concretos que a ciência transmite, informando os termalistas das nascentes mais indicadas para as suas patologias.

A 30 de Setembro do mesmo ano, foi implementado o Decreto-Lei “que determinava o aproveitamento das nascentes de águas minerais e definia as directrizes de exploração dos balneários, tornando-se na primeira legislação no âmbito termal”. (Ângelo, 2014)

Esta preocupação em legislar e recolher todos os dados acerca da qualidade intrínseca das nascentes termais demonstra a importâncias destes tratamentos naturais, de forma a proteger os seus habitantes contra as estirpes de lepra e cólera que afetaram a população ao longo dos séculos.

A evolução científica e consequente procura por novas curas, provocou alterações na arquitetura termal, obrigando a integrar nos espaços termais piscinas, ginásios e salas de fisioterapia (mecanoterapia). As terapêuticas evoluíram de tratamentos por ingestão e imersão, para banhos, duches ou massagens.

Em termos construtivos, as grandes modificações passaram por:

- “protecção das redes de distribuição de água;
- abastecimento abundante de água para banhos, duches e lavagem de compartimentos;
- novas métodos de aquecimento;
- desinfecção dos equipamentos por sistema de vapor;
- ventilação dos compartimentos de banho mediante condutas de ventilação;
- utilização de acabamentos de fácil manutenção e limpeza nos espaços de tratamento, tais como: azulejo, mosaico hidráulico ou lajeado de pedra;
- criação de espaços independentes de apoio às salas de tratamento, tais como: vestiários, salas de descanso, salas de arrefecimento para aquistas;
- separação por classes e sexos;
- individualização do banho (galerias de banho individuais).” (Ângelo, 2014)

O programa de espaços passa a dar destaque ao átrio de entrada e à *buvette*, unindo por vezes os dois elementos no mesmo espaço, sempre com uma apresentação imponente e com forte relação com a iluminação natural, “por vezes enriquecida com ornamentos em pedra, ferro forjado ou vitral” - elementos construtivos muito utilizados à época. (Ângelo, 2014)

Durante o período entre guerras, o termalismo sofre inúmeras alterações, essencialmente em termos arquitetónicos, passando a integrar nos complexos termais casinos, hotéis de luxo, espaços verdes e espaços desportivos, o que foi considerado como “Trilogia Termas, Mar e Jogo”. Os edifícios surgem no contexto Arte Nova ou Art Deco, onde “o desenvolvimento das redes de comunicação, águas e esgotos e eletricidade estes espaços são a origem da evolução do urbanismo e sustentabilidade”. (Lacerda, 2011)

A vertente religiosa típica da população portuguesa, manteve-se ao longo dos séculos, pelo que neste período era ‘obrigatório’ a construção de uma capela ou igreja integrada no complexo termal.



Fig. 59 Antigo Balneário das Termas de Vidago (1916), atualmente Centro de Conferências, Chaves

Disponível em:

http://www.vidagopalace.com/fotos/galerias/centro_conferencias_vidago_113955715255705f22aef45.jpg

a 18 de Julho de 2018

Período de Declínio

1930 – 1970

Depois do período áureo do termalismo europeu, em consequência dos anos loucos entre guerras, os seguintes trouxeram refugiados aos espaços termais, o que levou à degradação e abandono do espírito termal. Apesar de Portugal não ter feito parte da Segunda Grande Guerra, os efeitos europeus também se fizeram sentir em território nacional.

Ainda assim, nos anos 40 e 50, alguns complexos termais foram reabilitados, e o fato da Segurança Social, a 1955, comparticipar os tratamentos termais, ajudou a manter as poucas estâncias termais que ainda subsistiam.



Fig. 60 Termas de Monfortinho, Castelo Branco, 1940
Disponível em: http://lh6.ggpht.com/_IYJi-lhses0/TUvFmcx5VdI/AAAAAAAAAFVI/45fokUqXH70/s1600-h/Termas-de-Monfortinho.15.jpg
a 18 de Julho de 2018



Fig. 61 Interiores das Termas de Monfortinho, Castelo Branco, 1940
Disponível em: http://lh3.ggpht.com/_IYJi-lhses0/TUvFnmBNuRI/AAAAAAAAAFVQ/9zHWyrbkq4k/s1600-h/Termas-de-Monfortinho.25.jpg
a 18 de Julho de 2018



Fig. 62 Termas do Vimeiro, Torres Vedras
Disponível em:
<https://lifecooler.com/files/registos/imagens/335201/139172.jpg>
a 18 de Julho de 2018



Fig. 63 Exterior da Buvette, Termas da Piedade, Alcobça
Disponível em:
https://pt.wikipedia.org/wiki/Termas_da_Piedade#/media/File:Alcoba%C3%A7a.mosteiro.cotous.vestiararia.termas_da_piedade.jpg
a 18 de Julho de 2018

Depois da Revolução dos Cravos, as termas tiveram uma pequena procura, levando a algumas remodelações nas estâncias termais. No entanto, as terapêuticas naturais passavam pelo turismo de sol e mar.

Período Atual 1980 – XXI

A partir de 1980, surgiu uma preocupação do Estado com a higiene e desinfecção dos espaços termais, passando a atividade termal a estar regulamentada. As principais alterações construtivas passaram pelos circuitos que ganharam uma separação entre “pés limpos” e “pés sujos” e os materiais que alteravam a composição da água – cobre, bronze e ferro – foram excluídos de todas as estruturas que entrassem em contacto com a água.

Hoje em dia, as estâncias termais assumem uma característica de spa, onde o tratamento não é o mais importante, mas sim todo o processo de relaxamento ao longo da estadia. O período de férias deixa de ser com o intuito de cuidar da saúde e acresce a preocupação em cuidar, também, do espírito. Com a publicação do Decreto-Lei nº 142/2004, de 11 de Junho, o turismo termal ganha novas características e o mercado turístico é alargado. A arquitetura destes edifícios deixa de responder às características da época, pois encontramos-nos num período muito mais eclético. As obras de reabilitação respeitam as traças originais, no entanto, novas obras apresentadas por *ateliers* de arquitetura e engenharia ganham novas linguagens e grandiosidade, enaltecendo as características de luxo, conforto e qualidade que um spa exige.



Fig. 64 Fonte Termal das Termas de Melgaço
Disponível em: <http://www.viajecomigo.com/wp-content/uploads/2017/11/Fonte-termal-das-Termas-de-Melga%C3%A7o-Potugal-%C2%A9-Viaje-Comigo.jpg>
a 18 de Julho de 2018



Fig. 65 Piscina das Termas de Melgaço
Disponível em: <http://www.viajecomigo.com/wp-content/uploads/2017/11/Piscina-Termas-de-Melga%C3%A7o-Portugal-%C2%A9-Viaje-Comigo.jpg>
a 18 de Julho de 2018

O termalismo dos Açores alia o natural com o moderno.



Fig. 66 Termas da Poça da Dona Beija, Furnas, Açores

Disponível em: <https://byacores.com/wp-content/uploads/2017/11/poca-dona-beija-horario-furnas-acores-1792x1200.jpg>
a 18 de Julho de 2018

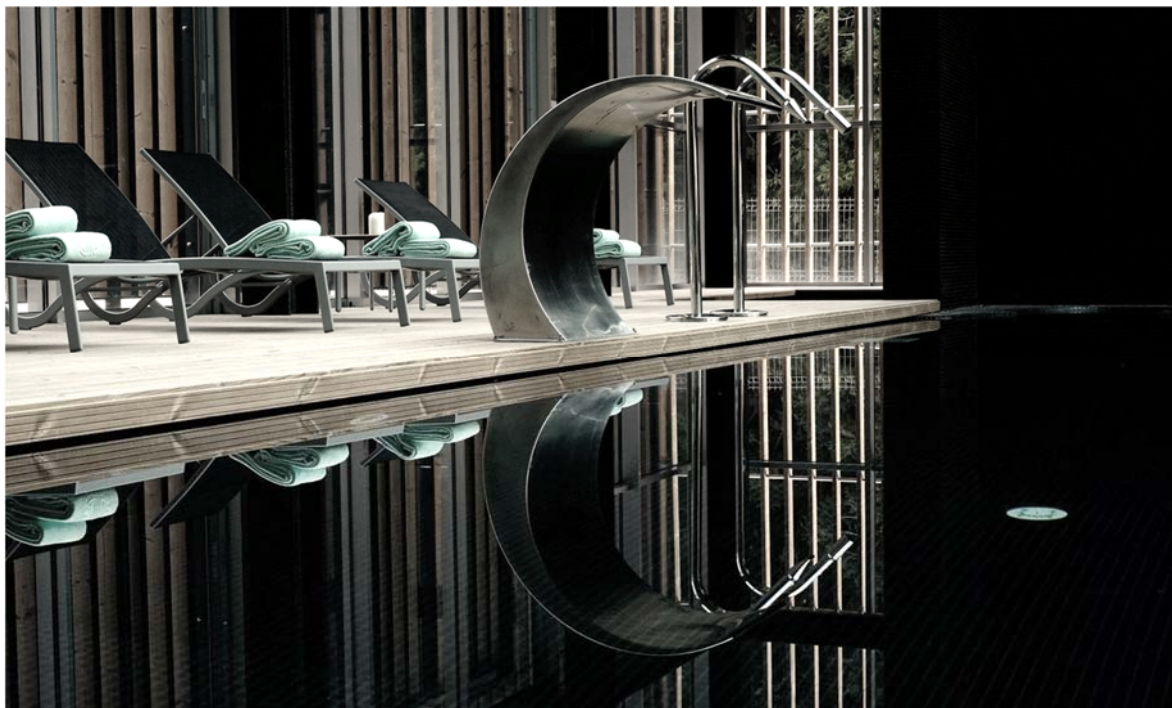


Fig. 67 Termas das Furnas, Açores

Disponível em: http://www.furnasboutiquehotel.com/media/furnas-boutique-hotel-banner_dsf6992-large-.jpg a 18 de Julho de 2018

O restauro dos interiores do Hotel...



Fig. 68 Hotel Vidago Palace, Vila Real

Disponível em:

https://cdn.logitravel.pt/wsimgrsize/resize/crop/1042/573/www.cfmedia.vfmleonardo.com/imageRepo/2/0/48/125/310/01-FACHADA_S.jpg

a 18 de Julho de 2018



Fig. 69 Hotel Vidago Palace, Vila Real – Escadaria

Disponível em:

https://cdn.logitravel.pt/wsimgrsize/resize/crop/1042/573/www.cfmedia.vfmleonardo.com/imageRepo/2/0/48/125/454/02-ESCADARIA_S.jpg

a 18 de Julho de 2018

... em sintonia com a modernidade das termas.



Fig. 70 Termas Vidago Palace, Vila Real

Disponível em: <http://www.blog-eraumavez.pt/images/vidago/Spa-Vidago4.jpg>

a 18 de Julho de 2018



Fig. 71 Termas Vidago Palace, Vila Real

Disponível em: <https://www.turismo.pt/termas-do-vidago-parque-de-vidago.html>

a 18 de Julho de 2018

Referências Bibliográficas

- Ângelo, R. A. (2014). *A autenticidade na conservação e salvaguarda do património arquitectónico - Arquitectura termal em Portugal: O caso de S. Pedro do Sul*. Lisboa: Instituto Superior Técnico.
- Archeology, T. (Junho de 2010). *Thermae: Os Banhos na Roma Antiga (Parte 3)*. Obtido em Junho de 2018, de The Archeology:
<https://thearcheology.wordpress.com/category/roma-antiga/termas-romanas/>
- Coimbra, A. R. (2013). Dissertação de Mestrado. *Termas da Curia: abordagem da arquitectura termal*. Lisboa: Faculdade de Arquitectura e Artes, Universidade Lusíada de Lisboa.
- Ferreira, A. G. (1993). *Dicionário de Latim-Português*. Porto: Porto Editora.
- Graça, A. C. (2013). Dissertação de Mestrado. *Cidade, espaço público e corpo: água enquanto gerador de espaço*. Lisboa: Departamento de Arquitectura, Universidade Autónoma de Lisboa.
- Lacerda, R. (2011). Tese de Doutoramento. *Arquitectura Termal em Portugal : em busca do balneário ideal*. Coruña: Universidade da Coruña. Departamento de Construcións Arquitectónicas.
- Mahoney, K. D. (2002-2018). *Latin Dictionary & Grammar Resources*. Obtido de Latdict:
<http://latin-dictionary.net/>
- Pinto, H. G., & Mangorrinha, J. (2009). *O Desenho das Termas: História da Arquitectura Termal Portuguesa*. Odivelas: António Coelho Dias, SA - Artes Gráficas.
- Ramalho, E. C., & Lourenço, M. C. (s.d.). *As águas de Alfama - memórias do passado da cidade de Lisboa*. Amadora: Instituto Nacional de Engenharia, Tecnologia e Inovação.

4 _ Casos de Estudo

Introdução

Os casos de estudo analisados neste capítulo são as **Termas do Estoril** e as **Caldas da Saúde**. Estes dois projetos foram escolhidos porque correspondem a, pelo menos, dois pontos pretendidos para este projeto:

- As **Termas do Estoril** pela sua proximidade à região do Objeto escolhido para este projeto – Cascais/Estoril;
- As **Termas das Caldas da Saúde** surgem depois de analisadas todas as nascentes exploradas (**2_Turismo de Saúde e Anexo A**) e numa correspondência entre terapêuticas aplicadas e preços mais baixos, as Caldas da Saúde são as nascentes que melhor se identificam com os objetivos deste projeto.

Localização

Termas do Estoril



- **Localidade:** Cascais, Lisboa
- **Morada:** Avenida de Portugal, 2765 Estoril
- **Coordenadas GPS:** 38.705475, -9.395680
- **Site:** <http://www.termasdoestoril.pt>



Fig. 72 Edifício das Termas do Estoril

Disponível em: <http://www.neoturis.com/images/projectos/Termas-do-Estoril.jpg>
a 18 de Julho de 2018

Termas das Caldas da Saúde



- **Localidade:** Santo Tirso, Porto
- **Morada:** Rua das Termas 754, 4780-068 Santo Tirso
- **Coordenadas GPS:** 41.36914, -8.47797
- **Site:** <http://caldasdasaude.pt>



Fig. 73 Edifício das Termas das Caldas da Saúde

Disponível em: <https://voucher.sapo.pt/bemestar/spa/detail/28961#&gid=1&pid=3>
a 18 de Julho de 2018

História da Arquitetura do Edifício

Termas do Estoril

- Primeiro espaço termal:

Construído entre 1787 e 1788, este primeiro balneário, associado às Termas do Estoril, consistia em doze compartimentos separados por lajes, apoiados por pequenos espaços em madeira, onde os pacientes aguardavam a sua vez e trocavam de roupa mais comodamente. Este espaço era bastante popular, pois existem dados comprovados que D. José I o terá frequentado para realizar tratamento termal. (Bastos, Quintela, & de Matos, Termas do Estoril, 2002) A 1880, o espaço termal existente, à época propriedade de José Viana da Silva Carvalho, sofreu uma restauração, em que este edifício de planta quadrangular passou a estar composto por quinze tinas em mármore para banhos de imersão, em divisões individuais, com um pequeno pátio interior que servia de sala de espera. (Pinto & Mangorrinha, 2009)

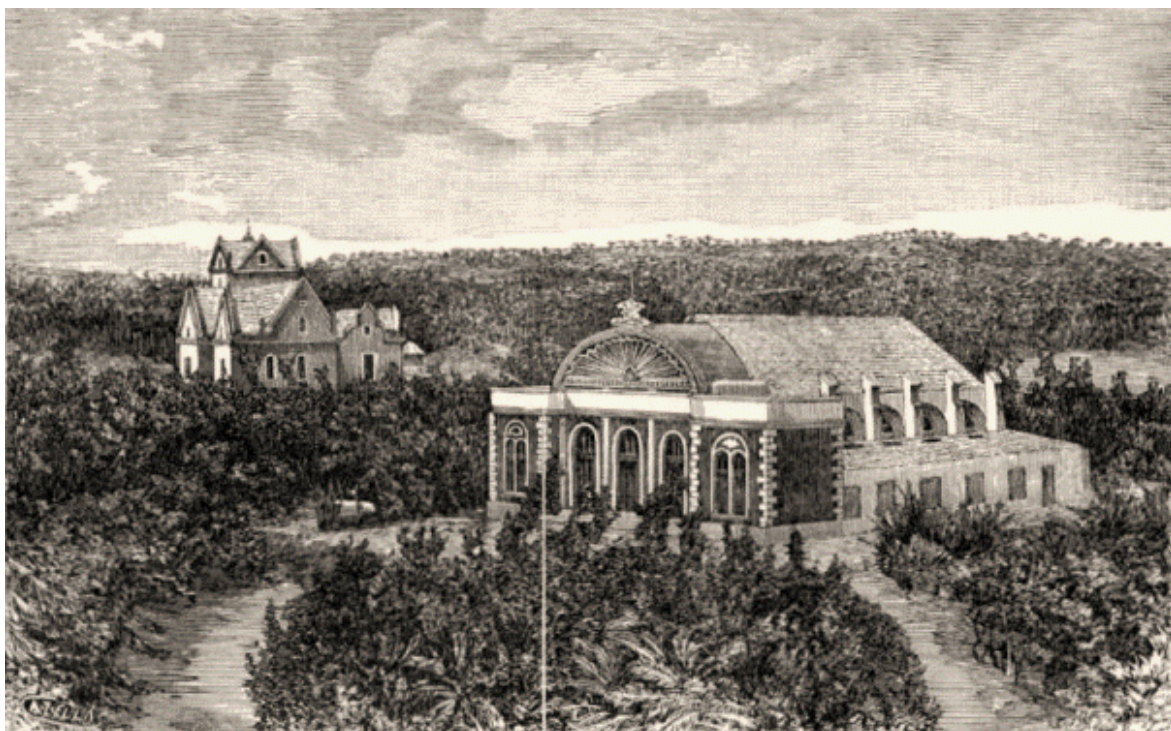


Fig. 74 Estabelecimento Termal de Santo António do Estoril em 1894

Disponível em: http://lh6.ggpht.com/-v_RtPMHmCNE/TyujCOb6zSI/AAAAAAAAASGU/QHUIHYFpdz8/s1600-h/Estoril.1711.jpg

a 18 de Julho de 2018

— Primeiro edifício:

A 1894, é inaugurado um segundo edifício termal, com projeto do engenheiro José Maria de Vasconcelos e Sá e detalhes arquitetónicos revivalistas. A planta era composta por um corpo central em forma de ferradura, vão triplo e platibanda com merlões e azulejos que percorriam também os corpos laterais. Os interiores tinham como principal detalhe uma piscina circular com características árabes, “alimentada de água do mar e destinada a exercícios de natação” (Pinto & Mangorrinha, 2009).

“O novo estabelecimento contava com: “Sala de atmosfera húmida, onde também há quatro pulverizadores, uma sala de duches de agulheta e em forma de chuva, para senhoras; uma sala com iguais instalações, para homens, tendo mais um aparelho para duches circulares; uma sala para duches rectais, vaginais, perineais e lombares, com uma banheira de mármore para imersão; uma sala com quatro inaladores e pulverizadores

e dois aparelhos para duches nasais e auriculares. A parte central do edifício é ocupada por uma espaçossíssima sala em estilo oriental, que constitui a sua edificação mais luxuosa e esmerada, podendo mesmo dizer-se de aparência sumptuosa. Ao centro desta sala está uma enorme piscina de forma circular, contendo água do mar, e destinada a exercício de natação. Em dezoito gabinetes construídos com todo o esmero e mobilados correctamente, estão outras tantas banheiras de mármore, em que ministram os banhos de água termal, de água do mar e de água comum, conforme a prescrição clínica.” (Bastos, Quintela, & de Matos, Termas do Estoril, 2002)

Este edifício foi demolido a 1910.



Fig. 75 Estabelecimento Termal do Estoril em 1911

Disponível em: http://lh4.ggpht.com/-2ETMXCpY4-s/TyujDzftJmI/AAAAAAAAASGg/GtSHm_LMWXE/s1600-h/Estab.-Balnear-do-Estoril-19114.jpg

a 18 de Julho de 2018

— Segundo edifício:

Durante o processo de propaganda turística, promovido por Fausto de Figueiredo – “Estação Marítima, Climatérica, Termal e Desportiva do Estoril” – a 1913, foi criado pelo arquiteto francês Henri Martinet um novo plano urbanístico para a região que, entre outros projetos, contava com um novo edifício termal. Este foi construído na década de 1920, com projeto do arquiteto António Rodrigues e apresentava uma arquitetura neoclássica, seguindo a traça das avenidas adjacentes aos jardins do Casino do Estoril.

Tratava-se de um edifício majestoso e confortável, construído para o fim a que se destinava. Era composto por cave e rés-do-chão, onde se encontravam quarenta cabines de banho, construídas em porcelana escocesa, salas de repouso, uma piscina, um ginásio e sala de mecanoterapia. No primeiro piso, na ala sul do edifício, encontrava-se o Hotel do Parque. Os tratamentos aplicados nas Termas do Estoril consistiam em: Banhos de Imersão, Banhos Salinos e Carbogaseosos; Duches Escoceses; Duches Subaquáticos; Banhos de luz Infravermelhos e Ultravioletas; Aplicações de Diatermia e Galvanização; e Massagens Gerais e Parciais.

“Na planta em forma de I, dispõem-se três áreas distintas: buvette e fisioterapia (hidroterapia, fototerapia, electroterapia, massagem e outros tratamentos), instaladas no rés-do-chão da ala norte do edifício; piscina e anexos; e salas de mecanoterapia e ginástica, instaladas no topo sul da sala de festas anexa à piscina. Esta impõe-se pela surpreendente espacialidade, imagem que nos transporta para semelhante solução (Hotel Termal Gellért, Budapeste), mas a do Estoril de desenho mais depurado. A buvette, para uso interno da água mineral, estava colocada no corredor da sala de inalações e pulverizações. As instalações hidroterápicas eram constituídas por cabinas com banheira para banhos de imersão e por outros compartimentos para todas as técnicas conhecidas. As canalizações estavam dispostas de modo a permitir, indiferentemente, o uso de água mineral, água salgada e água potável, aquecidas à entrada da banheira em esquentadores de vapor.

Para além da dimensão deste balneário – o maior de todos os que foram e seriam construídos em Portugal -, alguns outros aspectos configuraram-no como único. A existência de instalações necessárias para a aplicação local de lamas radioactivas era possível pela importação da matéria-prima, especialmente vinda da serra da Estrela. A grande piscina, pelas suas dimensões, volume de água, arquitectura e condições de funcionamento, era considerada das melhores do país. Do lado sul e comunicando com esta, estava o grande salão de festas, destinado a bailes, concertos e animatógrafo. As salas de mecanoterapia e ginástica compunham-se dos mais modernos aparelhos, sendo apenas comparável, por exemplo, com congéneres alemães e com as Thermas Antônio Carlos, em Poços de Caldas, no Brasil.” (Pinto & Mangorrinha, 2009)

Mais tarde, a 1960, tanto o Hotel do Parque como as Termas do Estoril foram demolidos.

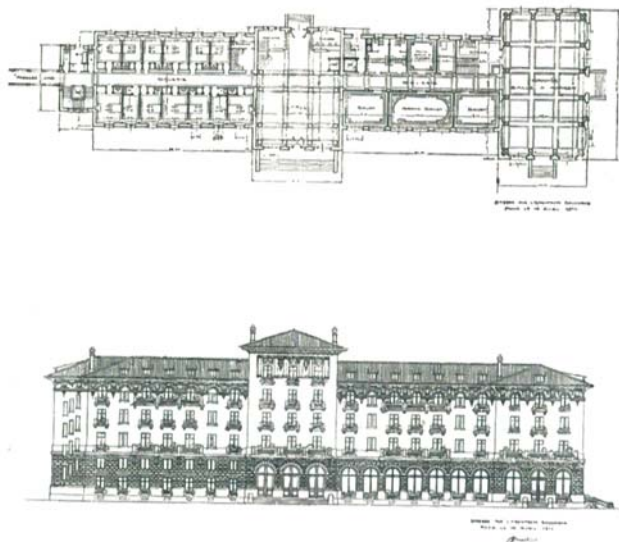


Fig. 76 Termas do Estoril, Henri Martinet, planta e alçado do Hotel Termal a 1914
Disponível em: (Pinto & Mangorrinha, 2009)

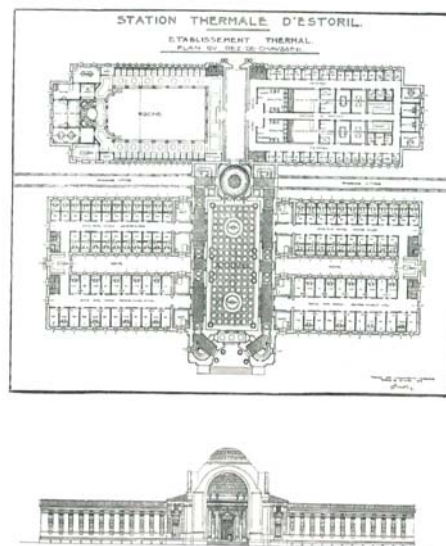


Fig. 77 Planta e alçado do balneário da “Estação Marítima, Climatérica, Termal e Desportiva” do Estoril, 1914
Disponível em: (Pinto & Mangorrinha, 2009)



Fig. 78 Termas e Hotel do Parque no Estoril em 1918

Disponível em: <http://lh5.ggpht.com/-ejvYKkGbyek/TyujFGX9TSI/AAAAAAAAASGw/46mrsjSZ6xc/s1600-h/Estoril.111.jpg>
a 18 de Julho de 2018

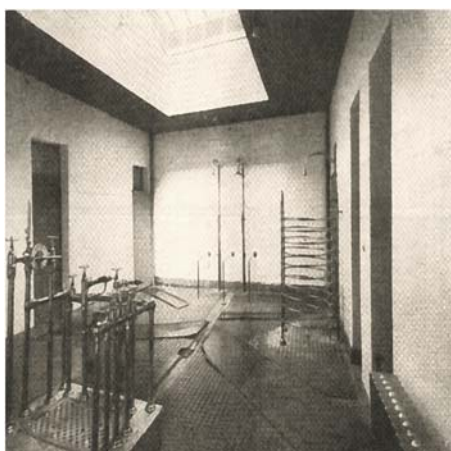


Fig. 79 Termas do Estoril, compartimento de duches (circular, escocês, jacto), 1939

Disponível em: (Pinto & Mangorrinha, 2009)



Fig. 80 Termas e Hotel do Parque no Estoril nos finais dos anos 30 do século XX

Disponível em: <http://lh3.ggpht.com/-EuvcJgLwRDw/TyujGTKqfFI/AAAAAAAAASG8/Rs4X2JHmaHU/s1600-h/Estoril.104.jpg>
a 18 de Julho de 2018



Fig. 81 “Hotel do Parque” e o “Palácio Hotel” ao lado
Disponível em: <http://lh6.ggpht.com/-gqKsJhw4dIA/TyujIW3povI/AAAAAAAASHQ/v6irpy9S4gA/s1600-h/Estoril.203.jpg>
a 18 de Julho de 2018



Fig. 82 Folheto Publicitário (1930)
Disponível em: <http://lh3.ggpht.com/-7506YcuDxeM/TywitsrsXWI/AAAAAASLE/SnWqlUd2VJA/s1600-h/Termas.1%25255B1%25255D.jpg>
a 18 de Julho de 2018



Fig. 83 Publicação de 1935
Disponível em: <http://restosdecoleccion.blogspot.com/2012/02/hotel-do-parque-no-estoril.html>
a 18 de Julho de 2018

— Terceiro edifício:

O último edifício termal da região de Cascais foi construído entre 2006 e 2009, com projeto do arquiteto Manuel Gil Graça, sendo inaugurado cinquenta anos após a demolição da anterior estância termal. O edifício de arquitetura contemporânea, situado entre o Hotel Palácio e o Centro de Congressos do Estoril, é composto por dois polos distintos que funcionam de forma independente – um dedicado aos tratamentos através de terapêuticas preventivas termais (Termas do Estoril), e outro para tratamentos de spa, beleza e bem-estar (Banyan Tree SPA), constituído por um corpo clínico especializado e multidisciplinar, pois

pertence a uma das mais luxuosas cadeias de SPA do mundo. Na clínica termal existe uma piscina terapêutica, gabinetes médicos, ginásios, duche escocês, lamas e massagens.

“Para reabrir as termas foram realizados três novos furos, a 278 metros de profundidade, de onde sai a água mineral (considerada uma das mais salgadas do nosso país), a uma temperatura de cerca de 34° C (até 36° C), e construído um novo edifício de raiz, uma vez que o antigo tinha sido demolido em 1961. O novo “balneário” dispõe de 13 salas de tratamentos, e piscina (com áreas separadas para adultos e crianças), um ambiente moderno, confortável, e sofisticado, num projecto da autoria do arquitecto Gil da Graça. As novas termas vão actuar na área das doenças respiratórias, músculo – esqueléticas e dermatológicas e vão estar acessíveis a todas as pessoas que pretendam aqui realizar tratamentos, quer por iniciativa própria, ou por indicação do médico de família ou especialidade, através de um sistema ou subsistema de saúde, o que torna as termas acessíveis a todas as pessoas, explicou Cândida Monteiro, directora clínica das Termas, que esclareceu ainda que “aqui todos os doentes vão estar sempre acompanhados de um médico ou um terapeuta durante os tratamentos.” (Furtado, 2010)

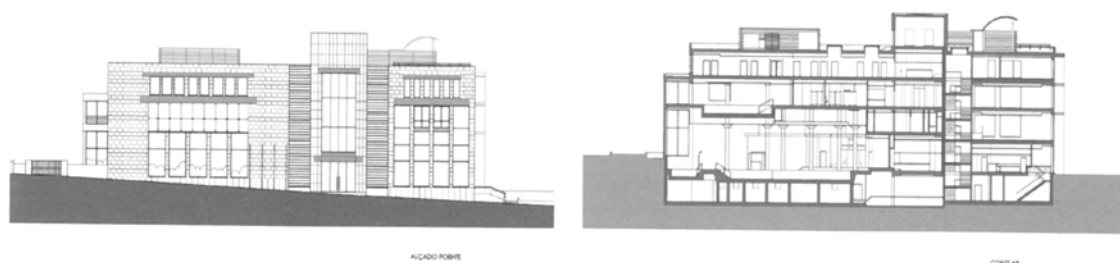


Fig. 84 Termas do Estoril, Manuel Gil Graça, projeto do balneário, alçado e corte, 2005
Disponível em: (Pinto & Mangorrinha, 2009)

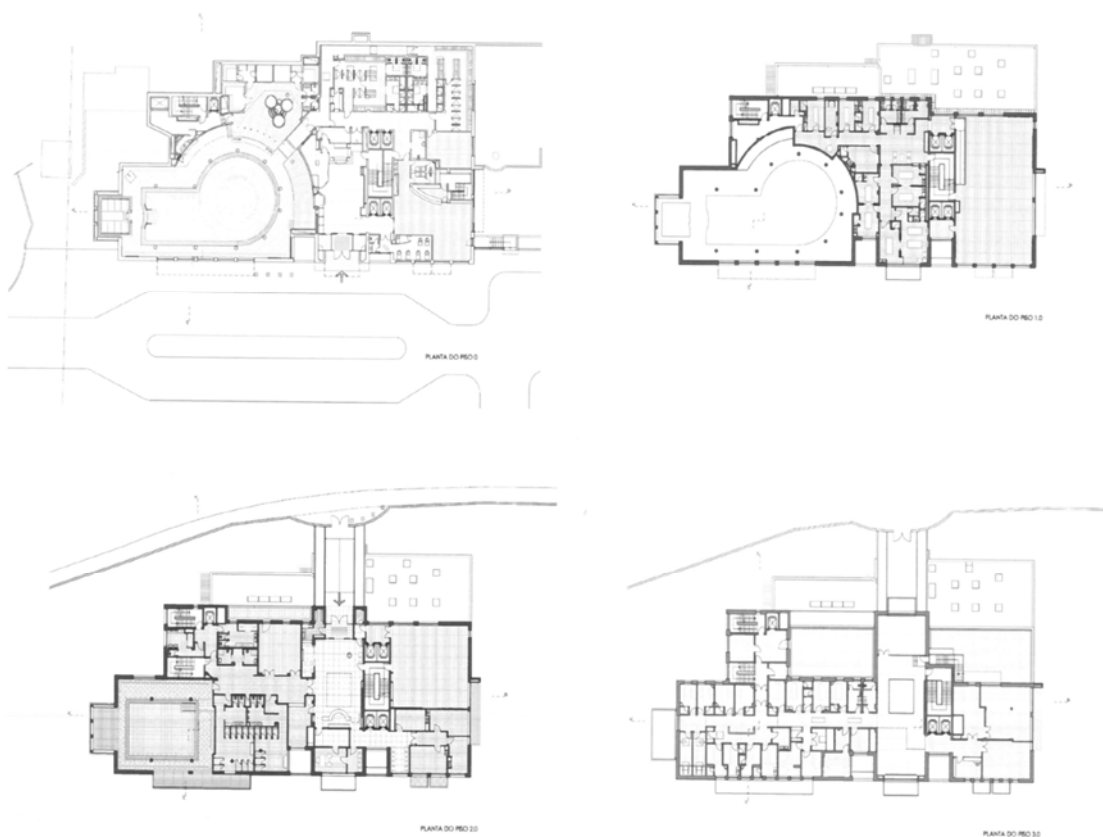


Fig. 85 Termas do Estoril, Manuel Gil Graça, projeto do balneário, plantas, 2005
Disponível em: (Pinto & Mangorrinha, 2009)



Fig. 86 Corredor de Circulação para Terapêuticas
Disponível em:
<https://lifecooler.com/files/registos/imagens/422603/216513.jpg>
a 18 de Julho de 2018



Fig. 87 Entrada para Terapêuticas
Disponível em:
<https://lifecooler.com/files/registos/imagens/422603/216514.jpg>
a 18 de Julho de 2018



Fig. 88 Piscina

Disponível em:

<https://lifecooler.com/files/registos/imagens/422603/216512.jpg>

a 18 de Julho de 2018



Fig. 89 Piscina

Disponível em:

<https://lifecooler.com/files/registos/imagens/422603/216508.jpg>

a 18 de Julho de 2018

Termas das Caldas da Saúde

— Primeiro espaço termal:

Mandado construir, a 1841, pela Câmara Municipal de Santo Tirso, o primeiro espaço termal das Caldas da Saúde tinha características rudimentares, tal como no caso das Termas do Estoril, sendo composto por três banheiras de mármore dentro de um barracão de madeira. (Bastos, Quintela, & de Matos, Caldas da Saúde, 2002)

— Primeiro edifício:

A 1890, as águas das Caldas da Saúde passaram a ser exploradas por Manuel Joaquim Marques, que mandou construir o primeiro balneário das “Caldinhas”. Era composto por três tipos de banheiras – três em mármore para os pacientes de primeira classe, oito em azulejo para os de segunda e três em cimento para os de terceira. Existiam ainda salas com duchas de agulheta e banheira de chuva. (Bastos, Quintela, & de Matos, Caldas da Saúde, 2002)

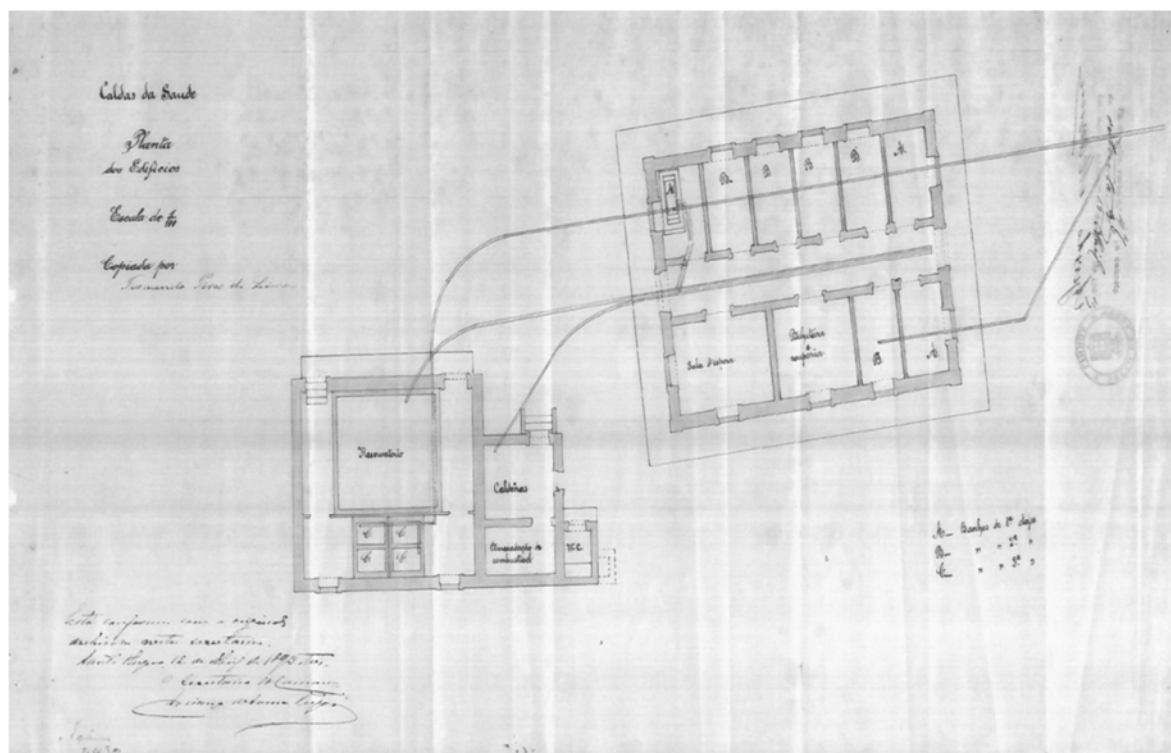


Fig. 90 Caldas da Saúde, Fernando Pires de Lima, planta do levantamento gráfico do balneário, 1893
Disponível em: (Pinto & Mangorrinha, 2009)

A 1914, as Termas das Caldas da Saúde foram adquiridas por Albino de Sousa Cruz, que mandou realizar uma **ampliação** ao edifício existente. O projeto de ampliação, datado de 1905, ficou a cargo do agrimensor Fernando Pires de Lima.

Com as obras foi preservada a antiga fachada do edifício, que se tornou em parede de fundo do hall de entrada, onde se encontra a sala de espera. O balneário mantém o sistema de divisão dos tratamentos por classes sociais, em que para a primeira classe existem doze quartos de banho de imersão, com seis para cada sexo, mantendo a mesma quantidade para a segunda classe, igualmente com seis para cada sexo. Existem ainda duas salas para tratamentos por enteroclise e irrigações nasais e três para duches. (Bastos, Quintela, & de Matos, Caldas da Saúde, 2002)

“O novo balneário passou a ser «um dos mais importantes do país» e correspondia «às mais modernas e principais exigências da ciência».” (Pinto & Mangorrinha, 2009)



Fig. 91 Caldas da Saúde, planta, alçados e corte do projecto de ampliação do balneário, 1915
Disponível em: (Pinto & Mangorrinha, 2009)



Fig. 92 Caldas da Saúde
Disponível em:

<https://exposicao75anosina.files.wordpress.com/2008/02/9.jpg>
a 18 de Julho de 2018



Fig. 93 Caldas da Saúde, sala de inalações, 1939
Disponível em: (Pinto & Mangorrinha, 2009)

Entre os anos 20 e 30, com o declínio do termalismo, o balneário esteve sem atividade, e até serem recuperados os seus tratamentos termais, o edifício teve como funções principais um Colégio Jesuíta, encerrando a 1987.

Entre 1990 e 1993, uma última **remodelação** é projetada pelo arquiteto Francisco Perry Azeredo numa altura em que se iniciam vários melhoramentos em estâncias termais ao longo do país, acompanhado a tendência europeia. A área do átrio foi aumentada e os restantes pisos renovados para responder às necessidades das técnicas termais da época. Os elementos estruturais do edifício foram mantidos e os antigos pavimentos em mosaico cerâmico foram restaurados e colocados em painéis nas paredes do antigo átrio, onde também se encontra a fachada do primeiro edifício termal, que apresenta a inscrição “Caldas da Saúde 1891”, “caraterizada por um vão de porta com arco de volta perfeita com moldura

de cantaria de granito e bandeira trabalhada em ferro forjado, encimada por friso e frontão recortado em cantaria de granito”. (Pinto & Mangorrinha, 2009)

A planta passa de um corpo longitudinal contínuo para três corpos paralelos, unidos entre si através de arcos de volta perfeita, apresentando um formato em H. Não foi possível alinhar os três corpos devido a elementos naturais, tais como maciços de betão e rocha, que não permitiram essa alteração.

A fachada apresenta agora uma forma triangular. Os elementos estruturais do edifício foram remodelados no interior e exterior, bem como, todo o pavimento original “em mosaico cerâmico de padrão vegetalista estilizado, com cercadura” que foi intercalado nas novas áreas do edifício por “outro padrão de mosaico de estampilha com pequenos elementos florais estilizados e envolto em cercadura”. (Pinto & Mangorrinha, 2009) No novo átrio do estabelecimento termal, que se encontra a uma cota superior do restante edifício, estão as escadas que distribuem a circulação para os restantes pisos.

O programa de espaços está dividido na seguinte forma:

- no rés-do-chão encontram-se o átrio, a receção onde se está a *buvette*, vestiários, sala de espera, sala de tratamentos – duche Vichy, duche de agulheta, Bertholet, hidromassagem, piscina termal e peloidoterapia – ginásio de aeróbica, saunas e emanatório;
- no primeiro piso estão os consultórios, a sala de tratamentos de otorrinolaringologia, serviços administrativos, ginásio de manutenção e bar;
- existe, ainda, uma cave com funções técnicas e de manutenção dos equipamentos de tratamento e águas. (Bastos, Quintela, & de Matos, Caldas da Saúde, 2002)~



Fig. 94 Átrio do balneário, onde se conservou a fachada das instalações de 1891

Disponível em:

http://www.aguas.ics.ul.pt/porto_img/9.jpg

a 18 de Julho de 2018



Fig. 95 No átrio estão expostos velhos equipamentos hidroterápicos
Disponível em: http://www.aguas.ics.ul.pt/porto_img/12.jpg
a 18 de Julho de 2018



Fig. 96 Sala de tratamentos por vapor às mãos e pés
Disponível em:

http://www.aguas.ics.ul.pt/porto_img/10.jpg

a 18 de Julho de 2018



Fig. 97 A pequena fonte de água sulfúrea

Disponível em:

http://www.aguas.ics.ul.pt/porto_img/11.jpg

a 18 de Julho de 2018

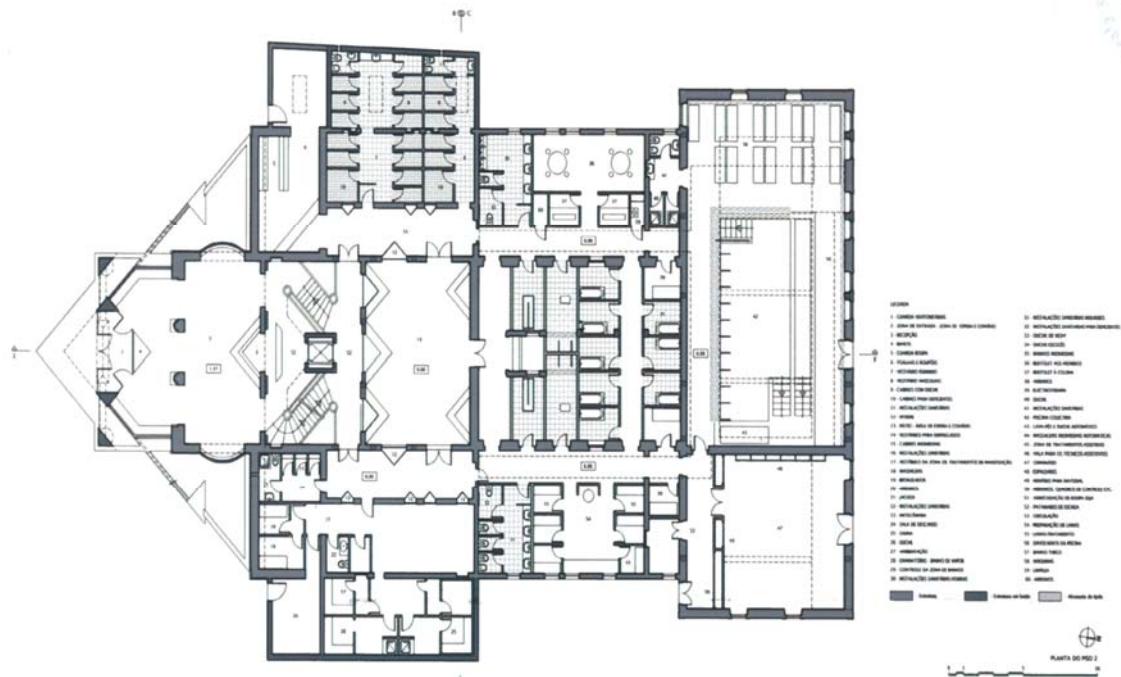


Fig. 98 Caldas da Saúde, Francisco Perry Azeredo, planta do projeto de remodelação do balneário, 1993
Disponível em: (Pinto & Mangorrinha, 2009)

Terapêuticas Aplicadas

Termas do Estoril

A água das nascentes do Estoril, tem termos químicos, está classificada como cloretada sódica. A sua composição aliada com as terapêuticas mais indicadas, permite a atenuação / cura de patologias associadas às doenças do Aparelho Respiratório, Reumáticas e Músculo-Esqueléticas e doenças Dermatológicas.

As terapêuticas aplicadas neste estabelecimento termal são:

- **Técnicas de Imersão:** Imersão Simples, Aerobanho, Hidromassagem Computorizada, Hidromassagem em Piscina
- **Técnicas de Vapor:** Bertholaix, Maniluvio, Pediluvio, Bertholet
- **Técnicas de Duche:** Duche de Jacto, Duche Vichy com Massagem Localizada/Geral
- **Técnicas de ORL (Inaloterapia):** Nebulização em Câmara, Cinesiterapia respiratória
- **Electroterapia:** Correntes Baixa/Média Frequência, Ultrassons, Laser

— **Massagens:** Talassoterapia (Aplicação de argila por cataplasma), Drenagem Linfática Localizada/Membros inferiores, Massagem Terapêutica Localizada/Geral



Fig. 99 Piscina Termal

Disponível em:

<https://i1.wp.com/canelaehortela.com/wp-content/uploads/2010/04/termas6.jpg>

a 18 de Julho de 2018



Fig. 100 Tratamento por Otorrinolaringologia

Disponível em:

<https://i0.wp.com/canelaehortela.com/wp-content/uploads/2010/04/termas1.jpg>

a 18 de Julho de 2018



Fig. 101 Tratamento por Duche

Disponível em: <https://i0.wp.com/canelaehortela.com/wp-content/uploads/2010/04/termas2.jpg>

a 18 de Julho de 2018

Caldas da Saúde

A água das nascentes das Caldas da Saúde, tem termos químicos, está classificada como sulfúrea sódica. A sua composição aliada com as terapêuticas mais indicadas, permite a atenuação / cura de patologias associadas às doenças do Aparelho Respiratório e doenças Reumáticas e Músculo-Esqueléticas.

As terapêuticas aplicadas neste estabelecimento termal são:

- **Técnicas de Imersão:** Aerobanho, Hidromassagem em piscina/banheira, Hidroginástica
- **Técnicas de Vapor:** Vapor à coluna e aos membros
- **Técnicas de Duche:** Duche Vichy, Duche de Jacto
- **Técnicas de ORL (Inaloterapia):** Duches faríngeos, Drenagens de Pröetz, Insuflações, Gargarejos, Duches nasais, Pulverizações, Nebulizações, Aerossóis
- **Massagens:** Massagem Geral, Massagem Regional, Massagem Local, Talassoterapia (Aplicação de Lamas)



Fig. 102 Duche Vichy

Disponível em:

<https://voucher.sapo.pt/bemestar/spa/detail/28961#&gid=1&pid=4>

a 18 de Julho de 2018



Fig. 103 Hidromassagem

Disponível em:

<https://voucher.sapo.pt/bemestar/spa/detail/28961#&gid=1&pid=1>

a 18 de Julho de 2018



Fig. 104 Aula de Hidroginástica em grupo

Disponível em:

<https://voucher.sapo.pt/bemestar/spa/detail/28961#&gid=1&pid=5>

a 18 de Julho de 2018



Fig. 105 Piscina Termal

Disponível em:

<https://voucher.sapo.pt/bemestar/spa/detail/28961#&gid=1&pid=1>

a 18 de Julho de 2018

Preços Aplicados

Termas do Estoril

Consultas Médicas de Especialidade

Clínica Geral	50€
Medicina Física e de Reabilitação	55€
Nutrição	50€
Podologia 1ª Consulta/Seguintes	45€ / 35€
Reumatologia	55€
Osteopatia	60€
Medicina Tradicional Chinesa	50€
Medicina Dentária	50€

Tratamentos Musculo-Esqueléticas e Dermatológicas

Banho de imersão simples	15€
Banho de imersão com aerobanho	15€
Banho de imersão com hidromassagem computadorizada	18€
Bertholaix	20€
Estufa de vapor mãos e pés	15€
Estufa de vapor coluna	20€
Duche jacto ou leque	15€
Duche com massagem localizada (Vichy)	30€
Duche com massagem geral (Vichy)	60€
Aplicação de argila (por cataplasma)	15€
Hidromassagem em piscina	15€

Tab. 6 Tabela criada com base no preço existente em <http://www.termasdoestoril.pt> (continua)

Electroterapias

Correntes (baixa e média frequência)	7,50€
Ultrassons	9€
Laser	12€

Cinesiterapias Respiratórias e Musculares

Nebulização em Câmara	15€
Técnicas Especiais de Cinesiterapia	12€
Classe de ginástica de mobilização geral	15€
Classe de exercícios respiratórios	15€
Classe de hidroterapia em piscina	18€
Cinesiterapia respiratória individual	35€
Tratamento individual em piscina	50€
Drenagem linfática localizada	45€
Drenagem linfática membros inferiores	60€
Sessão de Watsu	80€
Massagem pernas cansadas	45€
Massagem terapêutica localizada	30€
Massagem terapêutica geral	60€

Tab. 7 Tabela criada com base no preço existente em <http://www.termasdoestoril.pt> (continuação)

Termas das Caldas da Saúde

Inscrição tratamentos termais	15€
Consultas Médicas	40€
Vias Respiratórias	
Duche Nasal / Pulverização	3,80€
Aerossóis Sónicos / Nebulização	3,80€
Emanatório Coletivo	10€

Tab. 8 Tabela criada com base no preço existente em <http://caldasdaude.pt> (continua)

Músculo-Esqueléticas	
Aplicação de Lamas	16€
Piscinas e Banhos	
Hidroginástica	14€
Hidromassagem Piscina	8€
Aero Banho	8€
Hidromassagem Banheira	8€
Banheira com Subaquático	11€
Duche de Jato	6€
Duche massagem Parcial	18€
Duche massagem integral	23€
Vapores	
Bertholet Membros	6€
Bertholet Coluna	6€
Banho de Vapor Geral	8€
Massagens	
Massagem Local	13,50€
Massagem Regional	20€
Massagem Geral	29,50€
Técnicas Individualizadas	
Drenagens de Proetz	12€
Insuflações / Duches faríngeos	17€
Hidroterapia (Sessão Individual)	33€
Piscina c/ acompanhamento	22€

Tab. 9 Tabela criada com base no preçário existente em <http://caldasdaude.pt> (continuação)

Questões em Análise

Existe alguma resposta terapêutica na região de Cascais?

O primeiro ponto a analisar neste Caso de Estudo é a **Localização** dos estabelecimentos termais em relação à região de Cascais.

Em termos de distância, as Termas do Estoril localizam-se muitíssimo perto de Cascais, onde em poucos minutos, por transportes públicos, veículo particular ou, até mesmo, a pé, poderemos chegar ao destino. Essa proximidade permite aos cascalenses um rápido acesso aos tratamentos o que responde positivamente à primeira questão deste projeto.

O outro estabelecimento termal analisado são as Termas das Caldas da Saúde, que se situa a um raio de 305Km de distância de Cascais, o que a torna pouco acessível aos

habitantes. A viagem de acesso a este local torna-se demasiado morosa e exaustiva para o paciente que necessita de tranquilidade, e, assim, torna-se numa opção pouco aconselhável.

	Termas do Estoril	Termas das Caldas da Saúde
Cascais, Lisboa	2,30Km (por raio) 2,91Km (por estrada)	305,45Km (por raio) 372,78Km (por estrada)

Tab. 10 Distâncias recolhidas através do site www.distancia.pt

Houve algum acompanhamento terapêutico eficiente ao longo dos anos?

O edifício das Termas do Estoril é de construção contemporânea, sendo que foi projetado para servir o propósito da cura termal, bem como para tratamentos de spa e ginásio. Neste processo existe a intenção de luxo, que poderá ser observada também pelos preços praticados.

O atual edifício das Termas das Caldas da Saúde foi o primeiro edifício construído na região com o propósito da cura através de elementos e processos naturais, que, ao longo dos anos, sofreu alterações e reabilitações, mas que manteve ao longo dos anos a missão de cura e bem-estar para os seus pacientes, o que não aconteceu no Estoril, que durante cerca de cinquenta anos não ofereceu qualquer solução termal – último edifício demolido a 1960 e o recente foi inaugurado em 2010.

Qual dos estabelecimentos termais oferece uma melhor resposta terapêutica aos seus pacientes?

Em termos patológicos, as Termas do Estoril oferecem tratamentos mais especializados, pois as qualidades da água cloretada juntamente com os tratamentos aplicados, conseguem auxiliar na melhoria ou até cura dos sintomas de doenças do Aparelho Respiratório, Reumáticas e Músculo-Esqueléticas e Dermatológicas, no entanto, não há tratamentos para estas últimas patologias nas Termas das Caldas da Saúde.

As técnicas aplicadas nos dois centros termais são muito completas, mas é possível observar que as Termas do Estoril têm uma maior oferta tendo em conta que também apresenta tratamentos de Talassoterapia que acrescentam valor ao estabelecimento.

Termas do Estoril	Termas das Caldas da Saúde
<ul style="list-style-type: none"> Doenças do Aparelho Respiratório Doenças Reumáticas e Músculo-Esqueléticas Doenças Dermatológicas 	<ul style="list-style-type: none"> Doenças Reumáticas e Músculo-esqueléticas Doenças do Aparelho Respiratório
<ul style="list-style-type: none"> Técnicas de Imersão: Imersão Simples, Aerobanho, Hidromassagem Computorizada, Hidromassagem em Piscina Técnicas de Vapor: Bertholaix, Maniluvio, Pediluvio, Bertholet Técnicas de Duche: Duche de Jacto, Duche Vichy com Massagem Localizada/Geral Técnicas de ORL (Inaloterapia): Nebulização em Câmara, Cinesiterapia respiratória Electroterapia: Correntes Baixa/Média Frequência, Ultrassons, Laser Massagens: Talassoterapia (Aplicação de argila por cataplasma), Drenagem Linfática Localizada/Membros inferiores, Massagem Terapêutica Localizada/Geral 	<ul style="list-style-type: none"> Técnicas de Imersão: Aerobanho, Hidromassagem em piscina/banheira, Hidroginástica Técnicas de Vapor: Vapor à coluna e aos membros Técnicas de Duche: Duche Vichy, Duche de Jacto Técnicas de ORL (Inaloterapia): Duches faríngeos, Drenagens de Pröetz, Insuflações, Gargarejos, Duches nasais, Pulverizações, Nebulizações, Aerossóis Massagens: Massagem Geral, Massagem Regional, Massagem Local, Talassoterapia (Aplicação de Lamas)

Tab. 11 Tabela comparativa de patologias tratadas e tratamentos aplicados nas Termas do Estoril e Termas das Caldas da Saúde

Qual o estabelecimento termal com preços mais acessíveis à população da região de Cascais?

Cada estabelecimento termal tem a sua própria identidade, no entanto, é possível generalizar os tratamentos de forma a comparar os valores aplicados. Analisando os dois centros termais, é possível observar que, por vezes, os valores mais dispendiosos nas Termas das Caldas da Saúde conseguem ser mais acessíveis que os valores mais baratos nas Termas do Estoril. É uma preocupação que o estabelecimento conserva, de modo a facultar os seus serviços com um modo de pagamento mais acessível. Esse conceito é o este projeto pretende e defende para as novas instalações.

	Termas do Estoril	Termas das Caldas da Saúde
Consultas Médicas	50€	40€
Tratamentos por Banhos	15€ / 18€ <ul style="list-style-type: none"> • Imersão Simples • Aerobanho 	8€ / 11€ <ul style="list-style-type: none"> • Aerobanho
Tratamentos por Duche	15€ / 60€ <ul style="list-style-type: none"> • Duche de Jato • Duche Vichy com Massagem Localizada/Geral 	6€ / 23€ <ul style="list-style-type: none"> • Duche Vichy • Duche Jato
Tratamentos por Hidromassagem	15€ / 18€ <ul style="list-style-type: none"> • Hidromassagem Computorizada • Hidromassagem em Piscina 	8€ / 14€ <ul style="list-style-type: none"> • Hidromassagem em Piscina/Banheira • Hidroginástica
Tratamentos por Massagem	30€ / 60€ <ul style="list-style-type: none"> • Talassoterapia (Aplicação de argila por cataplasma) • Drenagem Linfática Localizada/Membros inferiores • Massagem Terapêutica Localizada/Geral 	13,50€ / 29,50€ <ul style="list-style-type: none"> • Massagem Geral • Massagem Regional • Massagem Local • Talassoterapia (Aplicação de Lamas)
Tratamentos por Vapor	15€ / 20€ <ul style="list-style-type: none"> • Bertholaix • Manilúvio • Pedilúvio • Bertholet 	6€ / 8€ <ul style="list-style-type: none"> • Vapor à Coluna e aos Membros
Tratamentos por Otorrinolaringologia	15€ / 35€ <ul style="list-style-type: none"> • Nebulização em Câmara • Cinesiterapia respiratória 	3,80€ / 17€ <ul style="list-style-type: none"> • Duches faríngeos • Drenagens de Pröetz • Insuflações • Gargarejos • Duches nasais • Pulverizações • Nebulizações • Aerossóis

Tab. 12 Comparação dos valores recolhidos através dos preços dos estabelecimentos termais

Podemos concluir que o projeto das Termas das Caldas da Saúde é um bom exemplo termal que poderia ser trazido para a região de Cascais, pois respeita as classes sociais mais desfavorecidas ao longo dos mais de 170 anos da sua existência.

Referências Bibliográficas

- Bastos, C., Quintela, M. M., & de Matos, A. P. (2002). *Caldas da Saúde*. Obtido em Outubro de 2017, de O Novo Aquilégio: http://www.aguas.ics.ul.pt/porto_csaude.html
- Bastos, C., Quintela, M. M., & de Matos, A. P. (2002). *Termas do Estoril*. Obtido em Outubro de 2017, de O Novo Aquilégio: http://www.aguas.ics.ul.pt/lisboa_estoril.html
- Furtado, E. (14 de Abril de 2010). *Termas do Estoril reabrem modernizadas e com a mesma qualidade das águas*. Obtido em Abril de 2018, de Canela & Hortela. Revista Online de Cultura, Lazer e Viagens: <http://canelaehortela.com/termas-do-estoril-reabrem-com-ambiente-moderno-e-de-luxo/>
- Pinto, H. G., & Mangorrinha, J. (2009). *O Desenho das Termas: História da Arquitectura Termal Portuguesa*. Odivelas: António Coelho Dias, SA - Artes Gráficas.

5 _ Arquitetura do Objeto

Introdução

A Arquitetura de Veraneio surge a 1870, com o interesse de D. Luís I em passar a época balnear em Cascais, tornando-a na “primeira praia do reino”. Assim, toda a corte mudava-se de ‘malas e bagagens’ para as praias da costa de Cascais, desenvolvendo uma arquitetura recheada de “belos palacetes e chalets”. (Silva R. H., Arquitectura de Veraneio. Cascais, 2010)

O grande interesse de D. Luís I, e mais tarde do seu filho D. Carlos, por Cascais e o mar, não se deve somente por capricho, mas sim por todo o “importante contexto europeu, relacionado com os progressos da medicina e o acréscimo de cuidado na educação das crianças que conduziram, desde meados do século XIX, à valorização da praia como prática saudável, quase indispensável a um crescimento equilibrado e recomendável para todas as classes de idade.” (Silva R. H., Arquitectura de Veraneio. Cascais, 2010)



Fig. 106 Homenagem do Município de Cascais ao rei D. Carlos I
Disponível em:
https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Homenagem_do_munic%C3%ADpio_de_Cascais_ao_Rei_D._Carlos_I.jpg
a 18 de Julho de 2018



Fig. 107 Pormenor da Estátua de Homenagem ao rei D. Carlos I (Casa Leitão ao fundo)
Disponível em:
http://bitypic.com/media/1705044879346561559_6353788080
a 18 de Julho de 2018

Arquitetura de Veraneio de Cascais

A Arquitetura de Veraneio surgiu entre os anos 1870 e 1920, com a Arquitetura Moderna a surgir na década de 30. As construções deste período têm como principais características elementos arquitetónicos e decorativos, que distinguem as habitações de veraneio das habitações principais da capital, bem como os chalés de três e quatro fogos. Em termos paisagísticos, as habitações do Monte Estoril têm um extenso e denso parque, já as restantes da região de Cascais, o edifício encontra-se rodeado de um pequeno jardim. (Santos & Cabral)

Este estilo arquitetónico encontra-se por duas fases:

- **Primeira fase** – Palácio Historicista e Chale;
- **Segunda fase** – Gosto Português.

Palácio Historicista

Os Palácios Historicistas, do final do século XVIII e princípio de XIX, representam uma arquitetura essencialmente revivalista, conjugando estilos do passado, através de detalhes marcados por exotismo – “neo-medievais e neo-renascentistas da cultura europeia”, bem como “culturas exógenas, mouriscas, indianas ou chinesas”. (Silva R. H., Arquitectura de Veraneio. Cascais, 2010)

Os edifícios que melhor exemplificam este estilo arquitetónico são:

— **Palácio da Pena**

Data da construção: **1840 - 1847**

Arquiteto: **Barão de Eschwege**

É considerado um dos “maiores exemplos do revivalismo português do século XIX” estando “edificado no sítio de um antigo convento de frades da Ordem de S. Jerónimo” rodeado por “um magnífico parque à inglesa, com as mais variadas espécies arbóreas exóticas”. (Portugal T. d., Palácio Nacional da Pena, 2013)



Fig. 108 Palácio da Pena

Disponível em: <https://portugalvirtual.pt/ai-images/sintra/pena-palace-011-8x3-2560x0960.jpg>
a 18 de Julho de 2018

— Palácio de Monserrate

Data da construção: **Século XVIII**

Arquiteto: **James Knowles**

Projetado “com as cúpulas abatidas e uma densas decoração em estuque, ambas de sugestão orientalizante” (Silva R. H., *Arquitectura de Veraneio*. Cascais, 2010) e rodeado por um jardim, criado por “Francis Cook, o 1º Visconde de Monserrate, juntamente com o pintor paisagista William Stockdale, o botânico William Nevill e o mestre jardineiro James Burt” (Portugal T. d., *Palácio e Parque de Monserrate*, 2013), seguindo o conceito de *natura naturans*, dando a ilusão de desordem natural da própria natureza.



Fig. 109 Palácio de Monserrate

Disponível em: <https://saposyprincesas.elmundo.es/wp-content/uploads/2016/07/Palacio-Monserrate-Sintra.jpg>
a 18 de Julho de 2018

— Museu dos Condes de Castro Guimarães

Data da Construção: 1890 - 1900

Arquiteto: Francisco Vilaça

Mandado construir por Jorge O'Neill, este edifício está representado por “uma arquitetura revivalista, recuperando e conjugando estilos do passado, transportando o nosso imaginário para um universo fantástico, marcado pelo gosto romântico”. (Portugal T. d., Museu Condes de Castro Guimarães, 2013)



Fig. 110 Museu dos Condes de Castro Guimarães

Disponível em: <https://i2.wp.com/ruralea.com/wp-content/uploads/2015/08/castroguim.jpg?resize=640%2C424>
a 18 de Julho de 2018

Chalé

O Chalé foi o estilo de habitação mais utilizado pela Corte para as suas casas de férias. No entanto, é possível distinguir dois modelos distintos – os mais luxuosos, que reproduziam os “modelos das rivieras europeias, especialmente francesas e inglesas” (Santos & Cabral); e os mais modestos, com inspiração rústica, que se apropriavam “da imagem de casas de montanha, na Inglaterra, na Suíça e na Alemanha” (Silva R. H., Arquitectura de Veraneio. Cascais, 2010).

Arquitetura:

Essencialmente, a arquitetura de veraneio segue um conceito romântico através dos “corpos sobre-elevados, numa sugestão de torre” (Silva R. H., *Arquitectura de Veraneio*. Cascais, 2010), “que já não serve como vigia, mas sim como mirante” (Santos & Cabral), com telhados de duas águas de acentuada pendente.

Os alçados são compostos por uma repetição de fachadas e coberturas, com varandas de madeira, acentuadas nas laterais e traseiras do edifício, dando um refúgio privado aos proprietários. Nos sótãos é possível encontrar mansardas com pequenos telhados na parte superior, intensificando a verticalidade do edifício. Os interiores são divididos, multiplicando os espaços habitacionais. (Silva R. H., *Arquitectura de Veraneio*. Cascais, 2010)

Materiais:

A madeira e a pedra foram os materiais mais utilizados, quer como elemento estrutural quer como detalhe decorativo. O ferro, menos comum, é possível ser encontrado como elemento de sustentação estrutural de varandas. As paredes aparecem forradas com cantaria, azulejaria ou cortiça, criando a sensação de rusticidade.

Arquitetura paisagista:

“Os jardins foram uma componente essencial da imagem destas casas, quase sempre ladeados de muros de pedra mal aparelhada, reforçado a imagem pretendida de rusticidade.” (Silva R. H., *Arquitectura de Veraneio*. Cascais, 2010)

— Chalé da Rua Vista Alegre

Data da Construção: Finais do **Século XIX**

Arquiteto: -Desconhecido-

Apesar de não se tratar de uma construção de arquitetos de renome, os detalhes construtivos típicos destes edifícios permanecem, tais como a organização dos telhados com duas águas pronunciadas e beirados lisos de madeira, sugerindo abrigo; os vãos retangulares

ao alto com molduras de calcário e os longos alçados dinamizados por decorações geométricas, estucadas a branco; as mísulas de ferro que suportam as varandas; os óculos redondos ou ovais, emoldurados ou não, que iluminam os sótãos, como se de olhos protetores se tratassem. Os jardins são espaços de lazer, que, por vezes, são aproveitados para hortas e pomares, limitados por portões de ferro forjado e muros de pedra. Devido ao terreno desnivelado deste chalé de gaveto, a sua implantação foi aproveitada para a construção de caves funcionais, que, mais tarde, foram transformadas em garagens. (Silva R. H., *Arquitectura de Veraneio*. Cascais, 2010)



Fig. 111 Chalet da Rua Vista Alegre

Disponível em: (Silva R. H., *Arquitectura de Veraneio*. Cascais, 2010)



Fig. 112 Chalet da Rua Vista Alegre

Disponível em: https://scontent-sea1-1.cdninstagram.com/t51.2885-15/e15/24125264_1253438164799913_6282036020028375040_n.jpg
a 18 de Julho de 2018

— Chalet da Rua da Bela Vista

Data de Construção: -Desconhecido-

Arquiteto: -Desconhecido-

Localizada na Rua da Bela Vista, nº 126, este chalé constitui-se por dois corpos, sendo que um deles é mais elevado e com um arco redondo com coruchéu, telhado de duas águas, e encontra-se emoldurado com estuque branco. A sua fachada está revestida com cerâmica verde, que impõe a sua presença reforçando uma imagem “exuberante e ingenuísta”. No primeiro piso existe uma varanda com guardas de ferro, “suportada por estreitas colunas do mesmo material”.

Estas habitações, por vezes, sem arquiteto conhecido, apresentam uma arquitetura de fachadas simples, com poucas aberturas, onde as plantas variam entre pequenos terrenos quadrados ou retângulos, o que obriga à “subida do número de pisos, a introdução de varandas e águas furtadas” sustentadas pelo uso do ferro. (Silva R. H., Arquitectura de Veraneio. Cascais, 2010)



Fig. 113 Casa da Rua da Bela Vista
Disponível em: (Silva R. H., Arquitectura de Veraneio. Cascais, 2010)

— Casa Leitão

Data de Construção: 1896

Arquiteto: **José Dias da Silva**

Esta habitação permaneceu, ao longo dos anos, com as características originais nesta rua tão movimentada (junto à Baía de Cascais), onde todas as habitações sofreram alterações. Trata-se de um ‘pequeno palacete, com vãos delicadamente emoldurados, bem dentro da tradição urbana nacional do meio do século XIX’. As pequenas alterações conferiram detalhes exóticos ao edifício através da “expressividade retórica da cobertura que, alongando a casa, sugere a figura confortável de refúgio onde apetece trepar até à magia do sótão”, transportando o habitante para a casa fenomenológica de Iñaki Ábalos (“A boa-vida”). Neste projeto não foram aplicados elementos construtivos como a madeira e a pedra, e sim ferro e vidro, que foram bastante utilizados num período de transição da construção portuguesa, conferido o exotismo pretendido com este estilo arquitetónico. A fachada caracteriza-se pela estrutura em ferro com colunas, também em ferro, que sustentam as varandas ao longo dos pisos e que se prolonga “para as águas furtadas, sob o telhado de duas águas de forte inclinação, protegida por um pano de vidro aberto em leque”. Já o vidro é aplicado nas varandas como “uma espécie de sanefa e biombo lateral”, protegendo das intempéries. (Silva R. H., *Arquitectura de Veraneio*. Cascais, 2010)



Fig. 114 Casa Leitão
Disponível em: (Silva R. H., *Arquitectura de Veraneio*. Cascais, 2010)



Fig. 115 Casa Leitão
Disponível em:
http://bitypic.com/media/1694892989971619616_6353788080
a 18 de Julho de 2018

Gosto Português

A arquitetura de veraneio iniciou-se com o desejo de trazer para a habitação de férias o gosto pelo “exótico e do estrangeirado”. No entanto, a partir de 1910, a intenção para essas casas que “se reconverteram” e se tornaram permanentes passou pelo desejo de fazer casa portuguesa. (Silva R. H., *Arquitectura de Veraneio*. Cascais, 2010) Os dois modelos habitacionais da primeira fase – Palácio Historicista e Chalé – fundem-se, dando início à segunda, agora denominada por gosto português ou casa portuguesa. Este período termina nos anos 30 com o início da arquitetura moderna.

Com a permanência dos habitantes da Corte na região de Cascais, a população que sempre habitou lá ganhou melhores condições de vida, o que obrigou a alterações nos edifícios, tais como a introdução de mais espaços comerciais nos pisos inferiores das próprias habitações. (Silva R. H., *Arquitectura de Veraneio*. Cascais, 2010)

Os edifícios de gosto português caracterizam-se por um corpo elevado em relação aos restantes, uma torre, a partir do qual se desenvolvem os restantes, decorados com beirados e alpendres, bem como fachadas preenchidas por múltiplos vãos que permitem a entrada de luz natural. (Santos & Cabral)

O principal arquiteto deste movimento foi Raul Lino, que procurou aliar num só edifício as características de construção mourisca, realçando a tradição do sul de Portugal, através dos “alçados caiados, os espaços de transição com alpendrados e átrios protegidos e os pátios interiores” (Silva R. H., *Arquitectura de Veraneio*. Cascais, 2010), bem como os detalhes mudejares dos palácios alentejanos com a tradição manuelina, reforçando o revivalismo arquitetónico que tanto enaltece as conquistas portuguesas nos azulejos que revestem e decoram as paredes dos edifícios, procurando sempre a individualidade de cada edifício. (Silva R. H., *Arquitectura de Veraneio*. Cascais, 2010; Silva R. H., *A Arquitectura de Veraneio em S. João do Estoril, Parede e Carcavelos, 1890-1930*, 1988)

— Casa Sta. Maria (junto ao Farol de Sta. Marta)

Data de Construção: **1902**

Arquiteto: **Raul Lino**

Este edifício segue as características principais deste segundo período da arquitetura de veraneio, ou seja, “os telhados com beirados de dupla telha, as varandas contidas, sustentados por colunas e fechadas com gelsias de madeira, os vãos de pequena dimensão, os registos de azulejo, a cor branca, o fraccionamento dos corpos, desmultiplicando as fachadas e as coberturas, os frisos de azulejo e de tijolo caiado, debruando os muros, em sequências abertas e refrescantes.”

Inicialmente, este edifício consistia num corpo alongado graças aos limites do próprio lote que faz fronteira com o Oceano Atlântico. As fachadas consistiam em vãos multiplicados de diferentes formatos e dimensões, telhados de quatro águas e “expressividade dos espaços de transição entre interior e exterior, quer nas varandas alpendradas, quer nos átrios de entrada, encastrados como lugares de frescura”, tornando todo o ambiente orgânico e poético.

A 1918, o edifício sofreu uma ampliação “com o objectivo de nela integrar uma histórica colecção de azulejos do século XVIII, oriundos de uma capela demolida”, o que levou a uma “desmultiplicação dos corpos as suas aberturas, alpendres e telhados, e dinamizando a linha da cércea, pela verticalização das chaminés, da “torre” de fresco e de um pitoresco pombal”. Todas as alterações levaram a uma ilusão do verdadeiro espaço apresentado parecendo muito maior do que na realidade é, através de jogos de reentrâncias e saliências nas fachadas, “marcas decorativas” e nos próprios espaços interiores. Estes surgiam de acordo com a linha de Raul Lino – espaços orgânicos que articulavam ambientes de convívio e circulação de uma forma fluída, a luz natural era explorada com bastante subtilidade e os revestimentos eram tratados com bastante detalhe, quer nos tetos, nas portadas de madeira ou nos lambris de azulejo. (Silva R. H., Arquitectura de Veraneio. Cascais, 2010)



Fig. 116 Casa Santa Maria, junto ao Farol de Santa Marta
Disponível em: (Silva R. H., *Arquitectura de Veraneio*. Cascais, 2010)

— Casa Sta. Maria (Travessa do Visconde da Luz)

Data de Construção: **1918**

Arquiteto: **Guilherme Gomes**

Situada junto ao Jardim Visconde da Luz, no centro de Cascais, este edifício apresenta uma decoração tão forte que consegue esconder a própria arquitetura, como se de uma casa de bonecas se tratasse, principalmente pelas suas pequenas dimensões. Toda a habitação está revestida com azulejo, o seu principal elemento, “citando as estilísticas do final do século XVIII, que debruam os vãos, os tímpanos e os frisos da cimalha, bem como a cobertura do torreão”. Para além desta intensa decoração, os alçados são composto por “frontões triangulares emoldurados”, pináculos, telhados em pirâmide, janelas com pequenos alpendres e portões de acesso de “carácter rústico”. (Silva R. H., *Arquitectura de Veraneio*. Cascais, 2010)



Fig. 117 Casa Sta Maria (Travessa do Visconde da Luz)
Disponível em: (Silva R. H., *Arquitectura de Veraneio*. Cascais, 2010)

— Casa D. Nuno

Data de Construção: 1922

Arquiteto: Eng. Gastão Benjamim Pinto

Excelentemente localizada sobre a Praia da Rainha, em Cascais, este edifício soube explorar a paisagem para uso particular. Mais uma vez, os telhados em quatro águas surgem num formato piramidal, seguindo a linha do Arq. Raul Lino, com um corpo destacado dos restantes, como uma torre, bem como a aplicação do branco caiado e de azulejos decorativos, que contrastam com a madeira utilizada nas gelsias das varandas. (Silva R. H., *Arquitectura de Veraneio*. Cascais, 2010)



Fig. 118 Casa D. Nuno (Casa dos Almadas)

Disponível em: (Silva R. H., *Arquitectura de Veraneio*. Cascais, 2010)

Chalé S. Pedro, Alto Estoril

Para analisar este edifício, foi necessário consultar informação através das Caixas Históricas do Arquivo Municipal de Cascais e, também, através do texto (Silva R. H., *A Arquitectura de Veraneio em S. João do Estoril, Parede e Carcavelos, 1890-1930*, 1988).

O Chalé S. Pedro trata-se de um edifício da primeira fase da arquitetura de veraneio que, nos anos 20 do século XX, “foi substituído pela casa de gosto português hoje existente (R. de Olivença, nº1), aderindo à mutação de modelos”, tornando-se numa “normalização pouco imaginativa da arquitetura de veraneio, que abandona o gosto anterior por modas europeias, para se submeter à superioridade securizante e publicamente proclamada do estilo português”, indo à “procura de maior conforto interior e de uma organização mais coerente dos espaços das varandas e terraços”. (Silva R. H., *A Arquitectura de Veraneio em S. João do Estoril, Parede e Carcavelos, 1890-1930*, 1988)

Assim, o **Chalé S. Pedro** caracteriza-se através:

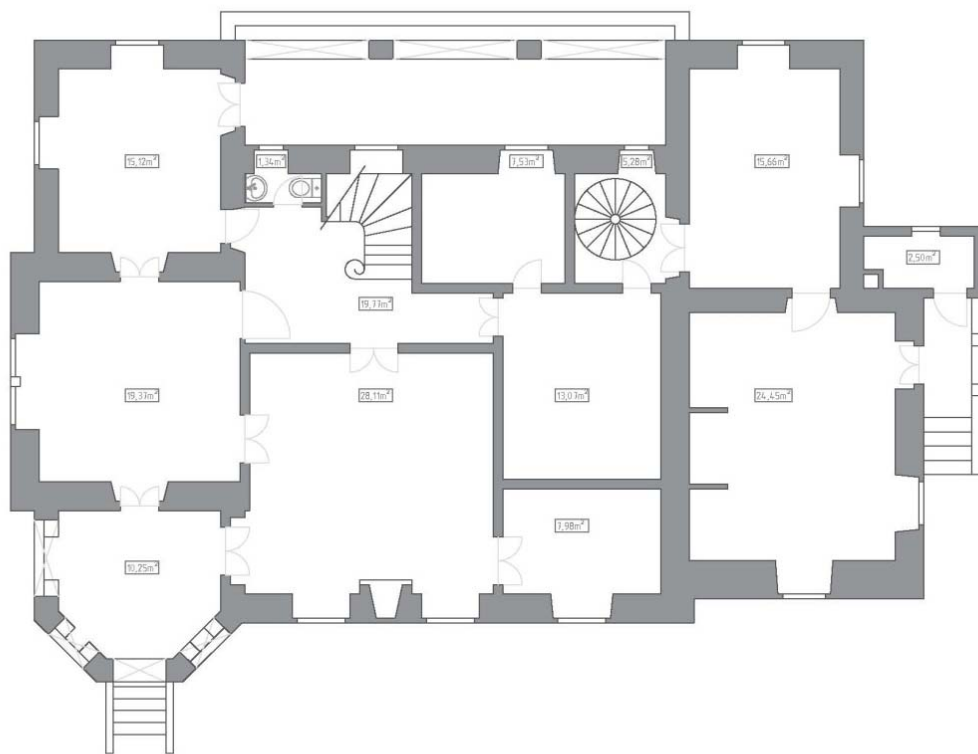
- Da volumetria paralelepípedica tradicional;
- Do telhado de quatro águas;

- Do vasto lote povoado por palmeiras (hoje em dia, poucas sobreviveram à praga do escaravelho das palmeiras);
- Do jardim extenso, “comparável aos das habitações do Monte do Estoril” (Santos & Cabral);
- Das três entradas: duas a Sul (lado mar) e uma a Norte (lado Rua de Olivença);
- Das duas escadas, uma delas em caracol (que será demolida neste projeto);
- Do ‘corpo sobre-elevado, numa sugestão de torre’, no lado Poente;
- Do alpendre com três arcos e varanda, por cima, com janelas alinhadas com os arcos;
- Do pé direito dos três pisos é de 3,5m, no entanto, o último piso é um sótão com teto esconso.

O edifício tem as seguintes áreas:

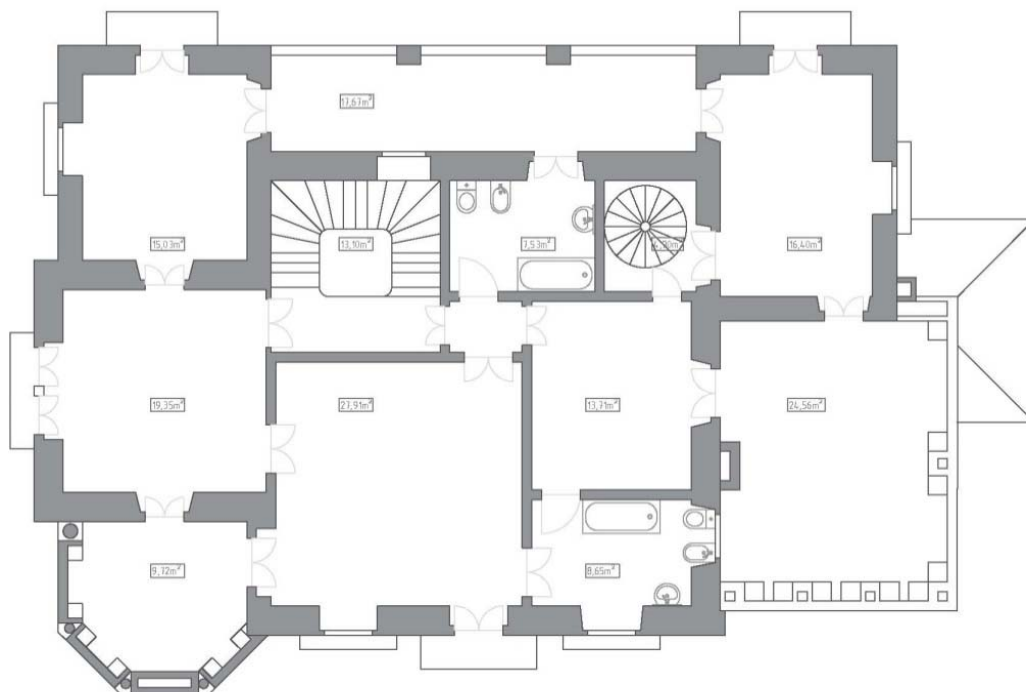
- **Área total do Lote:** 7340 m²
- **Área de Construção:** 651,85m²
 - R/c (311,63m²)
 - 1º Piso (207,42m²)
 - 2º Piso / Sótão (132,80m²)
- **Área de Implantação:** 311,63m²

Plantas de Levantamento



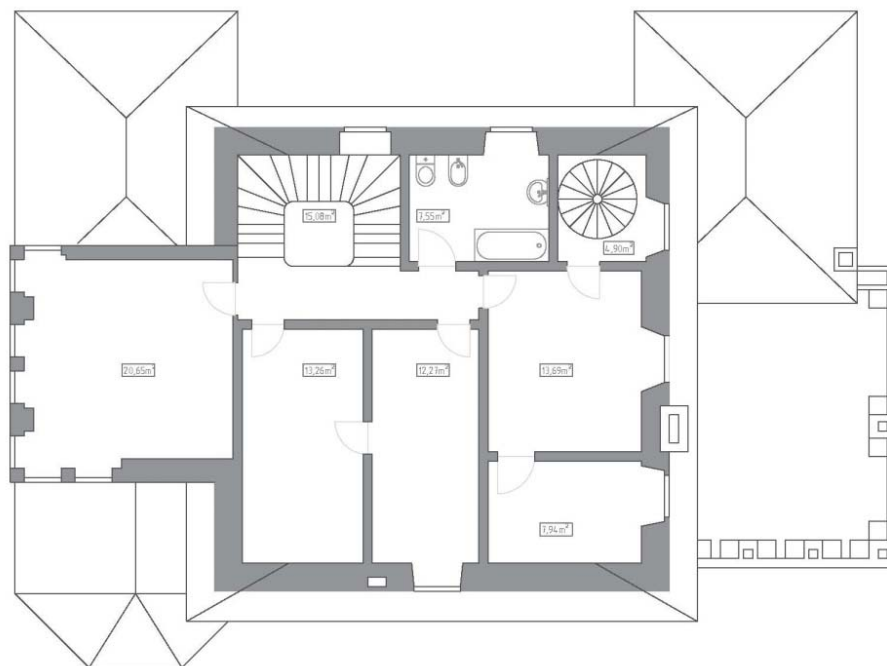
Piso 0

Ilus. 1 Planta de Levantamento do Piso 0



Piso 1

Ilus. 2 Planta de Levantamento do Piso 1



Piso 2

Ilus. 3 Planta de Levantamento do Piso 2



Fig. 119 Chalé S. Pedro, Vista Poente/Sul

Disponível em:

http://1.bp.blogspot.com/_oAVNSvLP7WE/S2CdEJBW3I/AAAAAAAAABKw/OHo1is30FNQ/s400/Ruin%27Art-353.jpg

a 18 de Julho de 2018



Fig. 120 Chalé S. Pedro, Vista Poente

Disponível em: https://1.bp.blogspot.com/-29-TGAHHCYA/TrWa-KMxHkI/AAAAAAAAAERA/K-Qm7HzT_w0/s400/Ruin%2527Art-392.jpg

de 18 de Julho de 2018

Referências bibliográficas

- Portugal, T. d. (2013). *Museu Condes de Castro Guimarães*. Obtido em Fevereiro de 2018, de Visit Portugal: <https://www.visitportugal.com/pt-pt/content/museu-condes-de-castro-guimar%C3%A3es>
- Portugal, T. d. (2013). *Palácio e Parque de Monserrate*. Obtido em Fevereiro de 2018, de Visit Portugal: <https://www.visitportugal.com/pt-pt/content/palacio-e-parque-de-monserrate>
- Portugal, T. d. (2013). *Palácio Nacional da Pena*. Obtido em Fevereiro de 2018, de Visit Portugal: <https://www.visitportugal.com/pt-pt/content/palacio-nacional-da-pena>
- Santos, C., & Cabral, J. (s.d.). *Exposição "Patrimónios de Cascais"*. Câmara Municipal de Cascais.
- Silva, R. H. (1988). A Arquitectura de Veraneio em S. João do Estoril, Parede e Carcavelos, 1890-1930. Em *Boletim Cultural do Município nº 7* (pp. 93 - 174). Câmara Municipal de Cascais.
- Silva, R. H. (2010). *Arquitectura de Veraneio. Cascais*. Maia: Sersilito-Empresa Gráfica, Lda.

6 _ Problemática

Introdução

Neste capítulo estão representadas todas as dúvidas e obstáculos que surgiram ao longo deste projeto, bem como a resposta a algumas das questões mais importantes para reabilitação do edifício, tornando-o num espaço termal.

Fatores de Sucesso e Insucesso

A intenção inicial para esse Trabalho de Projeto era recuperar um dos muitos edifícios abandonados no concelho de Cascais. O principal interesse surge através da proximidade com a região e consequente facilidade em adquirir/requerer informações, seja na Loja de Cascais ou no Arquivo Municipal de Cascais.

A primeira questão deste projeto surgiu com a escolha do Objeto:

Qual o edifício da região de Cascais que necessite de uma reabilitação urgente, quer pela sua arquitetura, quer pela localização?

O primeiro Objeto escolhido para este trabalho foi o **Edifício Cruzeiro**, no Monte Estoril. Com o Objeto definido, faltava escolher a Temática. Assim, foi realizada uma pesquisa através de Bibliotecas Municipais pela necessidade em conhecer os principais pontos de interesse e história de Cascais – Guias Turísticos e Catálogos de Exposições.



Fig. 121 Edifício Cruzeiro, Monte Estoril

Disponível em: <http://ruinarte.blogspot.pt/2011/03/o-centro-comercial-cruzeiro.html>
a 18 de Julho de 2018

O concelho de Cascais tem diversos pontos de interesse:

- Localização próxima da capital portuguesa;
- Costa com diversas praias cobiçadas quer por portugueses como estrangeiros;
- Facilidade de acesso a grandes espaços comerciais, hospitais e escolas de renome;
- E, principalmente, o Clima Temperado e a Qualidade nas Águas Marítimas e Termas.

Com qualidades naturais tão importantes, surgiram novas questões:

O que foi feito para valorizar estas qualidades intrínsecas?

O estudo dos seguintes capítulos influenciou a escolha do tema – **Turismo de Saúde:**

Estoril: Estação Marítima, Climatérica, Termal e Sportiva e As Curas: Helioterapia, Hidroterapia, Crenoterapia e Talassoterapia, do Catálogo O Estoril e as Origens do Turismo em Portugal. (2011) (Henriques, Pinto, & Mangorrinha, Catálogo de Exposição "O Estoril e as Origens do Turismo em Portugal. 1911-1931", 2011)

*“A fama das suas termas ainda se mantinha em 1910, data em que o visionário Daniel Dalgado, a quem se deveu a criação da expressão Riviera de Portugal, mercê da apologia do clima dos Estoris, anotaria que «se todos estes dons da natureza fossem judiciosamente empregues, com a devida atenção às necessidades e confortos dos doentes ingleses e outros, o Estoril tornar-se-ia muito em breve no melhor centro de águas cloretadas de sódio para o tratamento do reumatismo crónico e da gota, durante o inverno».”, do Livro **Cascais: 650 anos de História** (2014) (Henriques J. M., Cascais. 650 anos de História. 1364-2014, 2014)*

A 14 de Novembro de 2016 surge o primeiro fator de insucesso deste trabalho. Houve a necessidade de alterar o Objeto, porque foi apresentada uma proposta oficial, através da Câmara Municipal de Cascais, de reabilitação do edifício Cruzeiro, com o objetivo de criar a “Academia das Artes”:

“O primeiro centro comercial em Portugal, o icónico edifício “Cruzeiro”, no Monte Estoril, vai ser transformado num polo cultural que irá acolher uma escola de teatro, um centro de formação de artes performativas e audiovisuais, uma biblioteca e uma sala de espectáculos com 400 lugares. Uma nova centralidade dedicada à cultura vai nascer em Cascais com a criação do Edifício Cruzeiro – Academia das Artes do Estoril (AAE).” ("Edifício Cruzeiro Transformado em Academia das Artes do Estoril", 2016)

Com o impasse em relação ao Objeto, a intenção sobre a temática – **terapêuticas naturais** – tornou-se mais sólida. Até surgir um novo Objeto, foram aprofundadas as pesquisas termais, bem como dos valores termais na região de Cascais. O tema, efetivamente, foi definido como **Turismo de Saúde** e houve a necessidade de fundamentá-lo bem como a qualidade das Águas Minerais Naturais, sem cair na tendência elitista atual dos spas modernos.

Existe um Turismo de Saúde direcionado à população em geral que, nos dias de hoje, não é valorizado, tornando-se em Turismo de Saúde e Bem-Estar: Spas que não são acessíveis ‘a todas as carteiras’ – as terapêuticas naturais deveriam, por norma, ser acessíveis, e este torna-se um dos principais objetivos deste projeto de reabilitação.

Inicialmente, surgiram temas a ser desenvolvidos que, pelo rumo que a pesquisa levou, foram ‘limados’ até aos capítulos apresentados neste trabalho: **Estudo Termal** – Turismo de Saúde, Conteúdo Termal do País, Arquitetura Termal, História Termal da Região de Cascais/Estoril - e **Estudo do Objeto** – Arquitetura de Veraneio (estilo arquitetónico definido depois de escolher o edifício-objeto) e Arquitetura do Edifício a Reabilitar.

Depois de uma nova pesquisa acerca das localizações possíveis que respondem à intenção inicial - recuperar um dos muitos edifícios abandonados no concelho de Cascais -, foi realizado um Pedido de Consulta da Caixa Histórica , pertencente ao edifício escolhido, através da Loja de Cascais, e consequente pedido da cópia da Planta com o Levantamento de Medidas do Edifício Existente.

Foram recolhidos elementos fotográficos apenas exteriores no local do Objeto escolhido, pois a propriedade encontra-se vedada. Mais tarde, foi necessária uma ida à Conservatória do Registo Predial para pedir informações quanto ao proprietário do edifício de maneira a que possa visitar os interiores do edifício. Na Loja de Cascais não existe registo do lote, pelo que é impossível facultar a informação pedida e foi necessário consultar os registos topográficos da região do edifício através do Arquivo Histórico de Cascais. Depois de recolhidos todos os dados relativos ao edifício, foi possível adquirir os dados de alguns dos herdeiros da propriedade, que foram contactados para pedir autorização para visitar, analisar e fotografar os interiores do edifício, no entanto não houve retorno ao contato.

Depois de conhecidas as características do Objeto escolhido, surge a necessidade de conhecer a sua Arquitetura. Através do estudo do Objeto e de alguns textos sobre o estilo arquitetónico deste edifício, estamos de novo a recuperar valores intrínsecos da região. Foi escolhida uma casa de habitação – datada dos anos 20 do século XX – com características relacionadas à Arquitetura de Veraneio típica de Cascais que, neste momento, se encontra abandonada, o que se trata de uma realidade, infelizmente, muito comum na região de Cascais. Ao consultar um texto acerca deste estilo arquitetónico que faz referência a este edifício, houve um dado bastante interessante. O proprietário deste Chalé, António José Viana da Silva Carvalho, foi igualmente proprietário dos “Banhos do Estoril” e da quinta onde as termas do Estoril estavam localizadas – “Quinta do Viana”, ou seja, a história termal e arquitetónica deste projeto complementam-se na sua contemporaneidade e proprietário.



Fig. 122 Chalé S. Pedro, Rua de Olivença
Disponível em: Fotografias da autora



Fig. 123 Chalé S. Pedro, Rua de Olivença
Disponível em: Fotografia da autora

Um último fator de insucesso deste projeto centra-se na Calendarização deste Trabalho de Projeto, que não foi cumprida. Infelizmente, este trabalho tinha como data de conclusão o mês de Dezembro de 2017, que, por fatores pessoais e profissionais, não foi possível cumprir.

Regras e Questões

Que regras são obrigatórias no Turismo de Saúde?

Existem várias regras de higiene e segurança que são obrigatórias, e que necessitam de um responsável que as controle, principalmente por se tratar de um edifício na área do Turismo de **Saúde**. São regras importantes, mas não são as mais fundamentais para este projeto ou que o seu processo interfira com este.

Assim, as regras presentes no “Manual de Boas Práticas dos Estabelecimentos Termais” mais importantes para a arquitetura do edifício são: quebrar barreiras arquitetónicas nas áreas de circulação; sinalizar os lavabos/balneários; adequar a iluminação às instalações e corredores; pavimentos impermeáveis, antiderrapantes e laváveis, dotados de sistema de escoamento e protegidas com ralos ou placas metálicas perfuradas.

Segundo (Silva F. M., "A SST em Unidades Termais: Manual de Boas Práticas", 2011), um centro termal tem, obrigatoriamente, de ter as seguintes instalações: gabinete médico, gabinete de enfermagem, gabinete técnico/segurança do trabalho, gabinete administrativo/secretaria e sala de espera, instalação sanitária de público, adaptada a indivíduos com mobilidade condicionada e instalação sanitária de pessoal e zona de vestiário.

Neste projeto, onde podem ser consultadas as Plantas de Equipamento (04.01, 04.02 e 04.03) para uma melhor perceção das áreas, os gabinetes médicos e de enfermagem encontram-se no Piso 2 e a secretaria encontra-se na entrada principal no Piso 0 e, ambas as áreas, dispõem de acesso e até mesmo sala de espera, onde os pacientes podem aguardar quer para se inscreverem quer para receberem uma análise clínica.

Existem instalações sanitárias femininas e masculinas em todos os pisos, os balneários femininos e masculinos encontram-se nos Piso 0 e Piso 1, junto às salas de tratamento de Banhos e Duches. Quanto aos balneários para pacientes com Mobilidade Condicionada,

apenas existe uma divisão no Piso 0, no entanto, existem instalações sanitárias especialmente para estes pacientes nos restantes pisos.

Próximo da entrada para os funcionários encontra-se o balneário para estes com instalação sanitária e zona de duches. Junto à receção, existe uma pequena instalação sanitária para os funcionários que estejam destacados para esta seção, sem se sentirem obrigados a utilizar as instalações sanitárias dos pacientes, sem terem de se dirigir ao balneário que se encontra no polo oposto ao seu local de trabalho.

Em relação às condições gerais, é necessário uma acessibilidade e circulação adequadas para os trabalhadores e utentes com mobilidade condicionada, pé direito regulamentar de 3 metros e 2,40 metros nas zonas de circulação e corredores, ventilação e iluminação adequados, preferencialmente naturais, área útil mínima dos gabinetes de 12m² e 8m² para a sala de espera. Os gabinetes médicos e de enfermagem devem conter um lavatório com misturadora para água quente e fria, torneira de comando não manual, doseador de sabão líquido e desinfetante e sistema de secagem de mãos individual.

Neste projeto existiu um cuidado em criar espaços de circulação com 1,05 metros, no mínimo, e as portas têm 1 metro de largura. O edifício tem 3,5 metros de pé direito, medidas que foram mantidas na receção, hall do elevador, hall das escadas e corredor de circulação, quanto às salas de tratamento, balneários e instalações sanitárias, com a aplicação de teto falso, o pé direito passou para 3 metros.

Para uma melhor ventilação, evitando a concentração de vapores, as janelas existentes foram substituídas por outras com as mesmas características estéticas, mas em alumínio, para um melhor isolamento térmico e acústico, e com sistema oscilo-batente. Nas salas interiores, é possível colocar um ventilador de teto, pois a distância entre o teto falso e a laje permite a colocação de tubagem de escoamento de vapores.

Em relação às áreas mínimas para os gabinetes, apenas um está dentro das regras – Gabinete A 13,19m², Gabinete B 8,74m² e Gabinete C 8,58m². Apesar das curtas distâncias, os gabinetes contêm secretárias com 1,20m x 0,80m x 0,74mH, sistema modular de arrumação, cadeira giratória de cinco pernas para o médico/enfermeiro, duas cadeiras giratórias de cinco pernas para os pacientes, marquesa, cortina para troca de roupa e lavatório

de canto com misturadora de água. Já a sala de espera, que faz a distribuição dos pacientes pelos três gabinetes, contém 12,41m².

As duas salas menores têm uma janela cada, e a solução mais viável para uma circulação fluída está em colocar a secretária em frente à janela, ou seja, colocar o ecrã do computador virado diretamente para a luz solar. Para evitar encandeamentos, nas janelas dos gabinetes e na receção serão colocados ‘black-outs’.

As instalações sanitárias são individuais, com a sanita/urinol na mesma cabine onde se encontra o lavatório. Apenas no Piso 2, junto aos consultórios, existe uma instalação sanitária com antecâmara onde está o lavatório e duas cabines – uma feminina e outra masculina. Tanto a zona dos balneários dos pacientes como o balneário dos funcionários contêm armários individuais para guardar os pertences.

Quais as terapêuticas a aplicar neste Projeto?

Apesar de ter grandes dimensões para um edifício habitacional, alterando a sua função para termal, este não tem capacidade para tratar muitos pacientes ao mesmo tempo pelo que não é possível ter muitas salas de tratamento. No entanto, com este projeto foi possível colocar diferentes terapêuticas ao longo dos três pisos do edifício. Para estes tratamentos é necessário:

— Hidropinia (‘cura hidropínica’)

- **Manual de Boas Práticas:** Uma sala ou espaço específico e separado das outras zonas.
 - **Costa do Sol:** Situa-se no espaço exterior do Piso 0 e Piso 1, a Sul do edifício (antigos jardins de inverno) – Plantas de Execução 04.01 e 04.02.
- **Manual de Boas Práticas:** Torneira de saída da água em condições de higiene que garanta a pureza microbiológica da água
 - **Costa do Sol:** No desenho técnico da Buvette, é possível observar a existência de quatro torneiras individuais para ‘consumo’ dos pacientes - Desenho Técnico 06.02

- **Manual de Boas Práticas:** Copos ou outro tipo de recipiente de uso individual ou descartável
 - **Costa do Sol:** Estes elementos serão facultados na receção do Centro Termal
- **Manual de Boas Práticas:** Lavabos nas proximidades
 - **Costa do Sol:** As instalações sanitárias masculinas e femininas encontram-se no Hall do Elevador, sala contígua ao espaço para Hidropinia – Plantas de Execução 04.01 e 04.02.

— Banhos de Hidromassagem e Piscina Coletiva

- **Manual de Boas Práticas:** Deverão existir banheiras, tanques ou piscinas destinadas a tratamento, de fácil acesso e com barras de apoio para evitar possíveis quedas.
 - **Costa do Sol:** Na zona de tratamentos por banho estão colocadas banheiras de hidromassagem, sendo que uma das divisões está preparada para receber pacientes com mobilidade condicionada, com barras e porta de correr de grandes dimensões.
 - **Costa do Sol:** Sala com 24,51m² para piscina interior com escadas e barras de apoio.
- **Manual de Boas Práticas:** Capacidade suficiente para a imersão completa, exceto a cabeça
 - **Costa do Sol:** As banheiras têm as medidas exteriores de 2160mm x 900mm x 730mm/810mm.
 - **Costa do Sol:** A piscina tem 1,40m de profundidade.

— Massagem

- **Manual de Boas Práticas:** Cabina específica para a aplicação.
 - **Costa do Sol:** Mesa de Massagem ORIENT-GRANITO ARTECER, com revestimento em Branco Traffic (RAL 9016) e 19750mm x 764mm x 530/830mm

- **Manual de Boas Práticas:** Deverá dispor de drenagem adequada para a evacuação de água e um banco de apoio ou similar, que permite subir com facilidade.
 - **Costa do Sol:** Os canais laterais, os orifícios de saída, assim como a superfície de repouso inclinada, facilitam a drenagem dos líquidos. Superfície de dimensões generosas adaptada a pessoas encorpadas com altura regulável para garantir a entrada e saída do cliente em segurança.
- **Manual de Boas Práticas:** Sistema de duches sobre a marquesa que permita regular a pressão e zonas a tratar.
 - **Costa do Sol:** A marquesa foi especialmente concebida para que os clientes possam usufruir e disfrutar dos tratamentos mais variados. Graças à sua construção, reúne as condições adequadas para massagens com escovas e sabão, ayurveda, pedras quentes, envolvimentos ou duche Vichy.
- **Manual de Boas Práticas:** Sistema de controlo de temperatura, centralizado ou individual.
 - **Costa do Sol:** Mesa com sistema de aquecimento através de resistências controladas por termostato, válvula de inversão, mangueira de jato e duche, tudo ao alcance da mão
- **Manual de Boas Práticas:** O solo da cabina deverá estar dotado de sistema de drenagem adequado para evitar acumulação de água.
 - **Costa do Sol:** O pavimento possui uma grelha em volta da mesa para escoamento das águas.
- **Manual de Boas Práticas:** As cabinas deverão dispor de iluminação correta e de sistema de ventilação.
 - **Costa do Sol:** A sala de Tratamento por Massagem dispõe de iluminação adequada, três janelas e teto falso com altura suficiente para a colocação de tubagem de ventilação.
- **Manual de Boas Práticas:** A marquesa deverá estar coberta com um lençol de material descartável de utilização única para cada termalista.
 - **Costa do Sol:** A cobertura da base da mesa pode ser elevada eletricamente pulsando apenas um botão, ótimo para a limpeza e serviço.
- **Manual de Boas Práticas:** Deverão existir cabides para o termalista deixar a sua roupa.

- **Costa do Sol:** Existe imenso espaço livre nas paredes desta divisão o que permite a colocação de cabides. Na sala privada encontra-se uma chaise-longue onde, também, pode ser colocada a roupa do paciente durante a massagem.

— Aplicação de Contraste

- **Manual de Boas Práticas:** Os duches de contraste ou duches bitérmicos, devem dispor de um sistema de duches que permita uma alternância rápida da temperatura e um mecanismo de controlo da sequência das alterações de temperatura da água.
 - **Costa do Sol:** Na sala de tratamento para Duche Escocês, encontra-se um sistema “Duche de Jato/Escocês ARTECER” que consiste na aplicação de uma válvula de três vias com o objetivo de proporcionar a alternância brusca da temperatura da água.

— Duches de Jato (Duche Escocês, Duche Circular, Duche Vichy)

- **Manual de Boas Práticas:** Tribuna ou púlpito de duche que permita a correta regulação de temperaturas e pressão, com termómetro e manómetro de controlo.
 - **Costa do Sol:**
 - **Duche Vichy** - 5 Chuveiros de 30 jatos tipo VICHY; regulação vertical e horizontal; rótulas nos chuveiros (rotação 360° | inclinação 20°); sistema de bloqueio individual dos chuveiros (CLICK/STOP); válvula termostática com escala de temperatura; válvula geral (água temperada); válvula agulheta (água temperada); termómetro (visualização da temperatura); agulheta de jato filiforme.
 - **Duche Circular** - O Duche Circular consiste na projeção convergente dos seus 474 jatos de água em todo o corpo através de 7 Anéis providos de jactos filiformes distribuídos estrategicamente e válvula termostática de alto débito.
 - **Duche de Jato/Escocês** - Consiste em Ponteira de um jato; ponteira de jatos múltiplos; válvula termostática de alto débito; válvula para

ponteira 1 jato; válvula para ponteira de jatos múltiplos; válvula 3 vias para duche de contraste térmico; manómetro e termómetro.

- **Manual de Boas Práticas:** No caso de duches especial como o duche circular, duche à coluna, cervical, lombar ou outros, deve dispor-se de mecanismos que permitam a sua aplicação.
 - **Costa do Sol:**
 - **Duche Vichy** AC ARTECER, em inox com acabamento fosco acetinado - Lança: 2340mm x 120/350mm x 1180mm; Mural: 2000mm x 400mm x 1600mm; Marquesa: 1900mm x 760mm x 800/860mm.
 - **Duche Circular** ARTECER, em Corian Branco e inox com acabamento fosco acetinado - ø700mm x 2100mm.
 - **Duche de Jato/Escocês** ARTECER, com acabamento fosco acetinado - 1000mm x 450mm x 880mm

— Otorrinolaringologia – Aerossol, Irrigador, Nebulizador, Pulverizador e Campânula

- **Manual de Boas Práticas:** Sistema de medição de tempo ou relógio de parede no local, terminais individuais de uma só utilização ou reutilizáveis.
 - **Costa do Sol:** Módulo #3 ARTECER, com três postos de tratamento, estrutura metálica em INOX: AISI 316L; cobertura e lavatório em Corian Branco; tubagens e válvulas em INOX AISI 316L/TEFLON com acabamento acetinado fosco; separadores visuais em Policarbonato fosco; sistema de água corrente inserido nos lavatórios; sistema de desinfecção automático; temporizador automático por tratamento (exceto Irrigação Nasal); douchette manual; dispensador de toalhetes de papel; bancos individuais com assento “bicicleta” almofadado; apoios ao chão com regulação de nivelamento - 2250mm x 710mm x 1260mm

Não é referida nenhuma informação em relação à exposição solar, pelo que foi necessário consultar o site online do Instituto Português do Mar e da Atmosfera em que é

aconselhado que se evite a exposição solar entre as 11h e as 16h, pelo que neste projeto apenas é permitida a utilização dos espaços indicados para esta prática nas restantes horas do dia. No horário de maior elevação solar, é possível utilizar os espaços exteriores, mas nas zonas protegidas. (PERGUNTAS FREQUENTES, 2018)

Mesmo com pequenas dimensões, existe uma preocupação em que existam diferenciadas salas de tratamento, dando a possibilidade da realização de um ‘circuito termal’ por parte dos pacientes – criando uma rotatividade na utilização dos tratamentos. Assim, podemos concluir as terapêuticas aplicadas – **Helioterapia** (‘Banhos de Sol’), **Hidropinia** (Ingestão de Água), **Aplicação de Banhos** (Banho de Hidromassagem e Piscina Coletiva), **Aplicação de Duches** (Vichy e Circular), **Aplicação de Contraste** (Jato/Escocês), **Massagem** e **Otorrinolaringologia** (Aerossol, Irrigador, Nebulizador, Pulverizador e Campânula).

Que adaptações/alterações são necessárias?

Neste projeto foi possível adaptar o edifício de arquitetura de veraneio fazendo pequenas alterações nas divisões de maiores dimensões. A intenção passa por subdividir os espaços, sem destruir o legado arquitetónico original do edifício. Não foram destruídas paredes estruturais, no entanto, sofreram pequenas alterações – aberturas de portas que foram alargadas, localização das portas que mantiveram as características das originais. Houve uma preocupação em colocar as terapêuticas com os elementos mais pesados no piso inferior, por uma questão de logística e segurança estrutural.

Referências bibliográficas

- "*Edifício Cruzeiro Transformado em Academia das Artes do Estoril*". (15 de Novembro de 2016). Obtido em Março de 2018, de Cascais.pt: <https://www.cascais.pt/noticia/edificio-cruzeiro-transformado-em-academia-das-artes-do-estoril>
- Henriques, J. M. (2014). *Cascais. 650 anos de História. 1364-2014*. Cascais: Câmara Municipal de Cascais.
- Henriques, J. M., Pinto, H. G., & Mangorrinha, J. (2011). Catálogo de Exposição "O Estoril e as Origens do Turismo em Portugal. 1911-1931". Cascais: Wizard's II.
- PERGUNTAS FREQUENTES*. (2018). Obtido em Abril de 2018, de IPMA (Instituto Português do Mar e da Atmosfera): <https://www.ipma.pt/pt/enciclopedia/amb.atmosfera/uv/index.html?page=faqs.xml>
- Silva, F. M. (2011). "A SST em Unidades Termiais: Manual de Boas Práticas". Lisboa: Petrica Editores, Lda.

7 _ Fundamentação

Introdução

Num modo sucinto e o mais claro possível, a Fundamentação inclina-se sobre os seguintes aspetos: **Nomenclatura, Localização, Ideia Geral, Programa Geral dos Espaços / Áreas, Zonamentos, Funcionalidades, Relações, Hierarquia, Flexibilidade, Materiais e Ambientes.**

Nomenclatura

Através do título deste projeto é possível responder a três questões:

Onde: Costa do Sol

O quê: Recuperar o Turismo de Saúde

Como: de Acesso a Todos

A nomenclatura Costa do Sol surge a 14 de Outubro de 1928, num artigo da revista *Casino*, definindo a região dos Estoris – S. António do Estoril (Estoril), S. João do Estoril, S. Pedro do Estoril, S. José do Estoril (Parede). Mais tarde, a 22 de Maio de 1935, ‘toda a orla marítima de Carcavelos a Cascais’ é denominada Costa do Sol por Decreto-Lei. A nomenclatura deixou estar em uso a 1979 quando foi sucedida por Costa do Estoril. (Catálogo O Estoril e as Origens do Turismo em Portugal)

Apesar desta nomenclatura já não se encontrar em uso, vai ao encontro de todo o conceito deste projeto, que procura valorizar as qualidades intrínsecas da região do concelho de Cascais – qualidades climatéricas e hidrominerais.

Hoje em dia, existe um Turismo de Saúde direccionado à população em geral que não é valorizado, tornando-se em Turismo de Saúde e Bem-Estar: Spas que não são acessíveis ‘a todas as carteiras’ – as terapêuticas naturais deveriam, por norma, ser acessíveis.

Localização

O edifício objeto deste projeto situa-se na Rua de Olivença, na freguesia de Cascais e Estoril, no concelho de Cascais.

O terreno encontra-se no lote nº 1, com uma área total de 7340m², onde é possível observar uma manutenção insuficiente. Está delimitado a nascente e poente por outros lotes, a norte pela Rua de Olivença e a sul por uma ribanceira que dá a forma ao terreno – posteriormente existe o Paredão de Cascais e a praia da Poça.

No centro do terreno existe o edifício isolado com 311,63m² de **Implantação** e 651,85m² de área de **Construção** divididos pelos três pisos – R/c 311,63m², 1º Piso 207,42m² e 2º Piso/Sótão 132,80m². O edifício encontra-se abandonado e vandalizado, pelo que alguns vãos foram fechados com ‘alvenaria’.

Nas imediações deste edifício é possível encontrar diversos pontos de alojamento hoteleiro, seja *hostel* ou hotel de cinco estrelas, as opções são as mais variadas. Em termos escolares, existe a Escola Superior de Hotelaria e Turismo do Estoril (ESHTE) e a Escola Superior de Saúde do Alcoitão (ESSA), que são uma mais-valia, permitindo a entrada de ‘sangue novo’ e entusiasta no estabelecimento termal.

Trata-se de um edifício extremamente bem localizado, com fáceis acessos, quer por automóvel próprio, através da Avenida Marginal e da A5, como por transportes públicos, com a Estação do Estoril ao fim da Rua de Olivença, possibilitando um rápido acesso ao Aeroporto Internacional de Lisboa e ao Aeródromo Municipal de Cascais (futuramente Cascais Airport).

Ideia Geral

Este projeto tem como objetivos principais:

- Recuperar o termalismo popular
- Reabilitar o edifício – respeitar os limites, os espaços

Recuperar o termalismo popular

O Estoril é uma região com fortes características hidrominerais e climatéricas, que precisa ser valorizada em termos de saúde e não por lazer.

“O nascimento e crescimento do Estoril, (...) centrou-se basicamente em **três factores** que ainda hoje condicionam a sua importância numa Europa ávida de qualidade: o seu **posicionamento junto à Costa**, assumindo-se como complemento a Cascais e como se

fosse uma espécie de guarda avançada na defesa de Lisboa; as suas **águas medicinais** que para aqui trouxeram gente à procura de cura durante muitos séculos; e o seu **microclima excepcional.**” (Henriques J. A., 2011)

A Linha do Estoril tem um passado histórico muito forte de Cultura de Banhos que necessita ser recuperado. As opções existentes passam por estâncias de luxo que nem toda a população do concelho consegue pagar. Em tempos, existiram dois espaços termais que respondiam às necessidades da população – uma mais luxuosa para os pacientes mais abastados e outra mais simples para a população mais humilde:

“Em 1810, o médico Francisco Tavares “sublinha a existência de pelo menos **dois estabelecimentos para banhos rentabilizando o potencial das águas:** um de maior qualidade e com condições de higiene **adequadas àqueles que tinham dinheiro para as pagar,** e um segundo, situado junto à Praia da Poça, em São João do Estoril, basicamente **destinado aos pobres** que também procuravam aquele lugar” (Henriques J. A., 2011)

Há uma intenção neste projeto em recuperar o termalismo popular dos “Banhos da Poça” que pertenciam à Santa Casa da Misericórdia de Cascais. Este conceito defendia a existência de três modalidades de pagamento: pagos para as pessoas que podiam pagar, gratuitos para os empregados e familiares destes, e por caridade, para quem não tinham meios financeiros para pagar os tratamentos.

Em 1843, os “Banhos da Poça” consistiam em dois barracões rudimentares – um de espera e troca de roupa, e outro para os banhos – que eram desmontados e remontados no período sazonal, entre a Primavera e o Outono, sofrendo arranjos e renovações anuais.



Fig. 124 Primeiros 'Banhos da Poça'

Disponível em: <http://restosdecoleccion.blogspot.pt/2012/08/s-joao-do-estoril.html>
a 18 de Julho de 2018

Depois do aumento do fluxo de pacientes e consequente aumento no rendimento anual, houve uma necessidade em construir um primeiro edifício termal com melhores condições que os frágeis barracões. Este edifício constituía-se por “casas destinadas aos banhos e à espera, de forma assoalhada e forrada, empregando-se nos telhados de madeira castanha”, sendo que os tratamentos passavam por oito tanques de cantaria. O próprio ambiente dos espaços de tratamento apresentava melhores condições, pois existiam mesas, cadeiras, cabides, espelhos, pentes, candeeiros ou “*palmatórias para luz de gás*”, mobiliário indispensável ao funcionamento correto do estabelecimento. (Xavier, Ferrão, & Henriques, 2003)

Em 1894, os “Banhos da Poça” passam a ser concessionados por uma empresa denominada ‘Empresa dos Banhos da Poça em São João do Estoril’, o que leva à construção do segundo edifício de tratamentos termais. A localização é alterada, sendo que passa situar-se junto à Estrada Marginal. Os interiores consistem-se por “*vestíbulo, bilheteira, duches, salão, banhos especiais, gabinete médico, ‘water closet’, escada, sala de espera, vinte quartos de banho, vestiário, lavabo e nascente de água cloretada*”, aproveitando, também, as águas salgadas da Praia da Poça. (Xavier, Ferrão, & Henriques, 2003)

“Os tratamentos efectuados consistiam em banhos de imersão, duches escoceses, de chuva, circulares, nasais, vaginais, pulverizações e inalações, sendo muito úteis no tratamento do artritismo, linfatismo, escrofulose, engorgitamento do fígado, baço, gastrites mucosas, catarros uterinos, reumatismo e doenças de pele com carácter seco e húmido. Esta água estava disponível para venda em garrafas de litro e garrafões de cinco litros em todas as principais farmácias.” (Xavier, Ferrão, & Henriques, 2003)

Depois de vários anos de má gestão e manutenção do estabelecimento termal, este acabou por encerrar a 1922, regressando a concessão ‘às mãos’ da Santa Casa da Misericórdia de Cascais. Hoje em dia, o edifício é aproveitado como Colónia Infantil de Educação Popular.

É este o conceito, sem o final infeliz, pretendido para este projeto. Ajudar quem mais precisa de cuidados de saúde com tratamentos naturais.

Reabilitar o edifício

Tendo em conta as características do edifício, é possível aplicar as quatro áreas terapêuticas – Helioterapia, Hidroterapia, Crenoterapia e Talassoterapia – nos espaços necessários a que cada uma funcione corretamente.

As alterações foram ligeiras, aumentando a largura das portas para facilitar a passagem de pacientes com mobilidade condicionada. Houve a necessidade de subdividir os espaços com grandes dimensões para um melhor aproveitamento do espaço – criar malhas estruturais para tratamentos, balneários e consultórios.

Existe uma intenção em valorizar as qualidades naturais: Luz/Calor, colocando as terapêuticas no lado sul do edifício para uma proximidade climatérica e visual com a natureza, aliando tratamento com prazer.

Através das plantas de alterações (vermelhos e amarelos) é possível observar que poucos foram os elementos eliminados/alterados, mas que existem bastantes a ser

construídos, subdividindo as grandes áreas. Os elementos alterados foram essencialmente a localização das portas, de forma a não perder a sua identidade natural.

Passagem da função de habitação para edifício termal, mantendo o ambiente familiar tendo em conta as dimensões do edifício que não comportam uma grande quantidade de pacientes.

Soluções Construtivas

Não foi possível ver o interior do edifício, pelo que qualquer detalhe decorativo e construtivo não foi levado em conta. Depois de uma eventual visita ao local, caso seja necessário, o projeto será alterado/adaptado, valorizando esses detalhes.

As janelas em madeira existentes, serão removidas e trocadas por janelas em alumínio, com as mesmas características, em vidro duplo, mantendo o detalhe original mas aumentando o isolamento térmico e acústico. O mesmo acontece com as portas existentes, que nalguns casos, a sua medida terá de ser adaptada a novas necessidades, tais como a passagem de pacientes com mobilidade reduzida/condicionada.

O edifício consiste em três pisos idênticos, mas assimétricos. Tendo em conta a fragmentação que a planta contém, não são permitidos grandes volumes de elementos necessários às terapêuticas – assim, há uma necessidade em escolher quais as terapêuticas compatíveis com as características e qualidade das águas minerais da região bem como a área que as divisões permitem.

Os elementos mais pesados e que necessitem uma maior alteração estrutural serão colocados, no piso inferior de forma, a não sobrecarregarem a resistência da estrutura do edifício. Existem detalhes e necessidades que as terapêuticas exigem: os Banhos têm de estar no piso térreo, tendo em conta o peso das banheiras; os Duches e Massagens ficam no primeiro piso, pois só necessitam de escoamento de águas e não são elementos muito pesados; já os tratamentos de Otorrinolaringologia e os Consultórios podem estar no último piso por serem elementos de menores dimensões e peso.

Programa Geral dos Espaços/Áreas

Os tratamentos estão divididos pelos três pisos. No R/c ficam as terapêuticas que necessitem de bases mais resistentes como Banhos Individuais ou Coletivos, sendo que estes últimos necessitam de fazer alterações estruturais para a construção de uma piscina com 1,2m/1,4m de profundidade. No 1º Piso estão terapêuticas como Duches, Massagens e Solário Natural. No 2º Piso/Sótão estão situados os Consultórios e os tratamentos de Otorrinolaringologia.

Zonamentos

Cada piso está dividido nas seguintes áreas:

R/c:

- **Entrada** – 19,03m²
- **Receção** – 15,08m²
- **Hall Elevador** – 13,67m²
- **Instalação Sanitária Feminina** (Pacientes) – 2,45m²
- **Instalação Sanitária Masculina** (Pacientes) - 2,45m²
- **Zona de Tratamento por Hidropinia / Jardim de Inverno** – 10,67m²
- **Hall Escadas** – 12,18m²
- **Instalação Sanitária** (Funcionários) – 1,32m²
- **Zona Circulação** – 9,24m²
- **Balneário Mobilidade Condicionada** – 7,55m²
- **Hall Banhos** – 11,38m²
- **Banho A** – 3,97m²
- **Banho B** – 3,97m²
- **Banho C** – 7,35m²
- **Balneário A** – 8,80m²
- **Balneário B** – 7,94m²
- **Piscina** – 24,51m²
- **Balneário Funcionários** – 8,57m²
- **Duche** – 1,80m²

- **Duche** – 1,77m²
- **Instalação Sanitária** – 1,01m²
- **Lavandaria** – 4,06m²
- **Entrada Funcionários** – 2,21m²

Piso 1:

- **Hall Escadas** – 13,07m²
- **Hall Elevador** – 13,67m²
- **Massagens** – 15,02m²
- **Instalação Sanitária Feminina (Pacientes)** – 2,45m²
- **Instalação Sanitária Masculina (Pacientes)** – 2,45m²
- **Zona de Tratamento por Hidropinia / Jardim de Inverno** – 10,23m²
- **Zona Circulação** – 9,37m²
- **Hall Duches** – 8,36m²
- **Antecâmara** – 2,44m²
- **Duche Escocês** – 5,60m²
- **Duche Circular** – 1,78m²
- **Duche Vichy** – 8,83m²
- **Balneário C** – 9,44m²
- **Balneário D** – 8,53m²
- **Corredor** – 3,63m²
- **Instalação Sanitária Mobilidade Condicionada** – 3,69m²
- **Zona Refeições** – 17,47m²
- **Zona Exterior** – 24,21m²
- **Cozinha** – 14,07m²
- **Despensa** – 3,66m²

Piso 2:

- **Hall Escadas** – 13,07m²
- **Hall Elevador** – 8,05m²
- **Otorrinolaringologia** – 12,10m²

- **Zona Circulação** – 5,53m²
- **Sala Espera** – 12,42m²
- **Consultório A** – 13,19m²
- **Consultório B** – 8,74m²
- **Consultório C** – 8,58m²
- **Lavabo** – 3,88m²
- **Instalação Sanitária Feminina** – 1,65m²
- **Instalação Sanitária Masculina** – 1,65m²
- **Instalação Sanitária Mobilidade Condicionada** – 4,90m²

Funcionalidades

Existem dois verbos essenciais para este projeto – **Cuidar** (Saúde e Higiene Pessoal) e **Tratar** (Doenças).

Piso 0	
Entrada Recepção Entrada Funcionários	Distribuição Entrar Sair Arrumar Guardar
Hall Elevador Hall Escadas Zona Circulação Hall Banhos	Distribuição Circulação
Instalação Sanitária Feminina e Masculina (Pacientes) Instalação Sanitária (Funcionários) Balneário Mobilidade Condicionada (Pacientes) Balneário A (Pacientes) Balneário B (Pacientes) Balneário e Instalação Sanitária (Funcionários)	Cuidar (Higiene Pessoal) Vestir Despir Lavar
Zona de Tratamento por Hidropinia Banho A Banho B Banho C Piscina	Cuidar (Saúde) Tratar Vestir Despir
Lavandaria	Lavar Secar Passar a Ferro

Tab. 13 Funcionalidades do Piso 0

Piso 1	
Hall Escadas Hall Elevador Zona de Circulação Hall Duches Antecâmara Zona de Circulação Corredor	Distribuição Circulação
Instalação Sanitária Feminina e Masculina (Pacientes) Balneário C (Pacientes) Balneário D (Pacientes) Instalação Sanitária Mobilidade Condicionada	Cuidar (Higiene Pessoal) Vestir Despir Lavar
Zona de Tratamento por Hidropinia Massagens Duche Escocês Duche Circular Duche Vichy	Cuidar (Saúde) Tratar Vestir Despir
Zona Refeições	Comer Beber Conviver
Zona Exterior	Comer Beber Conviver Cuidar (Saúde) Tratar
Cozinha Despensa	Cozinhar Lavar Servir

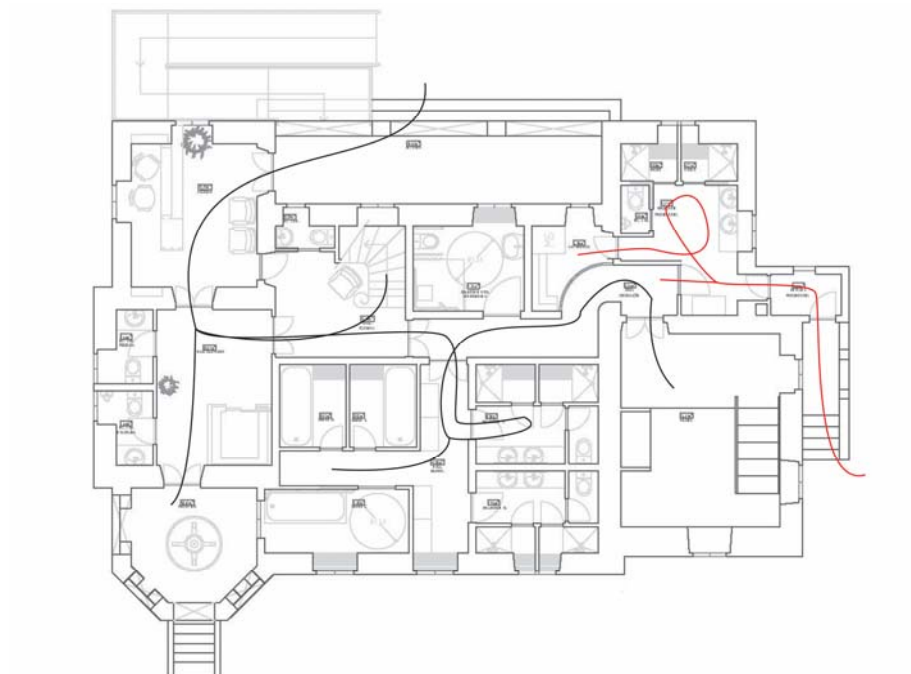
Tab. 14 Funcionalidades do Piso 1

Piso 2	
Hall Escadas Hall Elevador Zona Circulação	Distribuição Circulação
Lavabo Instalação Sanitária Feminina e Masculina (Pacientes) Instalação Sanitária Mobilidade Condicionada	Cuidar (Higiene Pessoal) Vestir Despir Lavar
ORL	Cuidar (Saúde) Tratar
Sala Espera Consultório A, B e C	Aguardar Cuidar (Saúde) Tratar

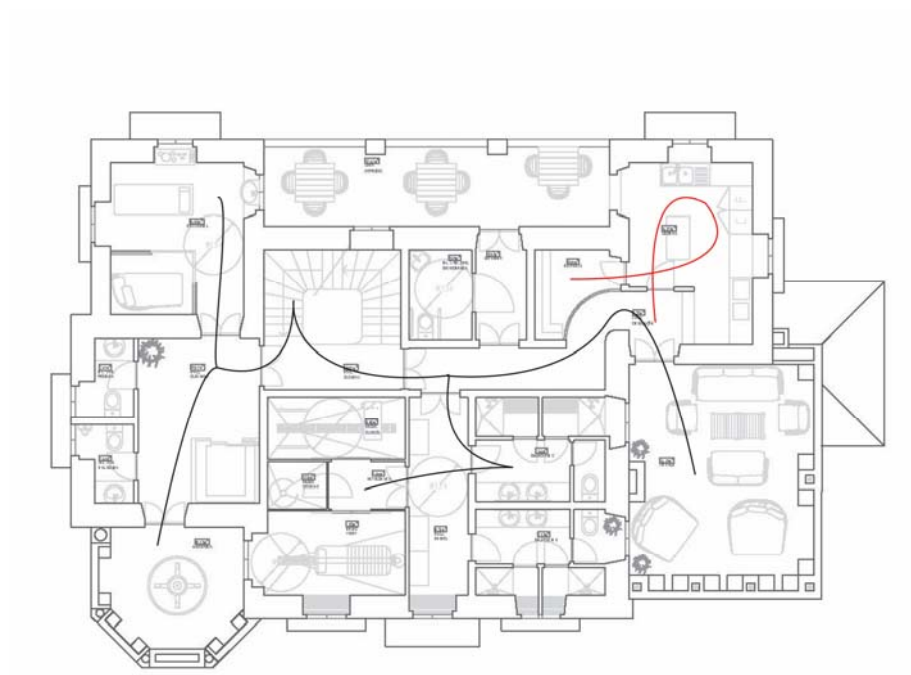
Tab. 15 Funcionalidades do Piso 2

Relações

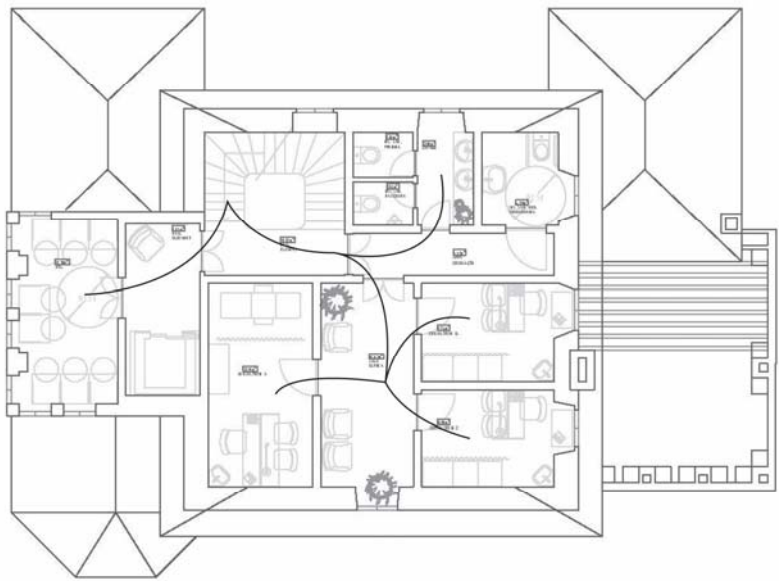
Planta com a circulação dos pacientes a preto e a circulação limitada aos funcionários a vermelho.



Ilus. 4 Planta de Circulação do Piso 0

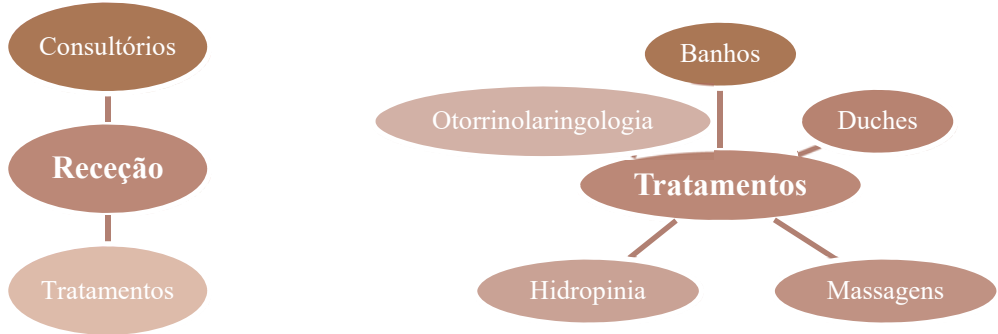


Ilus. 5 Planta de Circulação do Piso 1



Ilus. 6 Planta de Circulação do Piso 2

Hierarquia
Espaços Principais:



Ilus. 7 Programa Hierárquico dos Espaços Principais

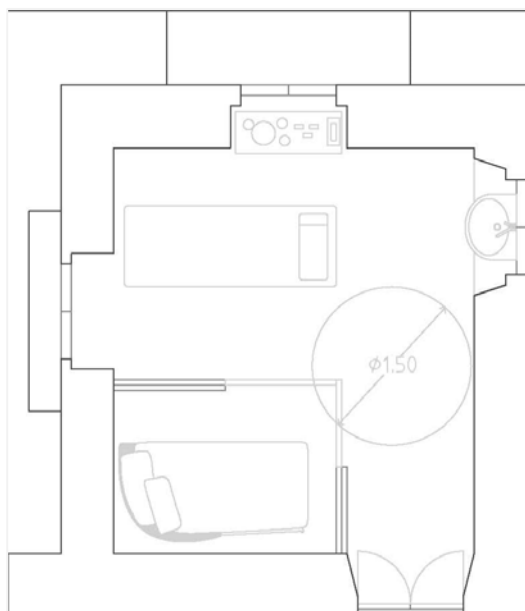
Espaços Secundários:



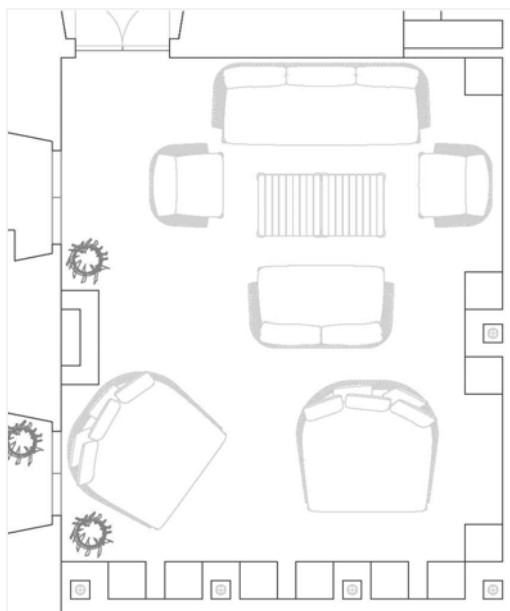
Ilus. 8 Programa Hierárquico dos Espaços Secundários

Flexibilidade

Neste projeto, tendo em conta que se trata de elementos de tratamento, existe pouca margem para criar espaços com mais do que uma função. Ainda assim, é possível encontrar duas zonas com dupla função – Sala de Tratamento por Massagens e Terraço, ambos no Piso 1.



Ilus. 9 Detalhe da Planta de Execução do Piso 1
(Tratamento por Massagens)




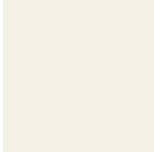






Ilus. 10 Detalhe da Planta de Execução do Piso 1
(Tratamento por Helioterapia e Zona Exterior de Refeições)




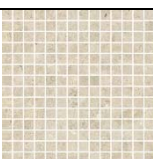




A Sala de Tratamento por Massagens contém um espaço privado que permite ao paciente um momento relaxante depois das massagens. Este espaço está aberto, pelo que é possível a uma cadeira de rodas dar uma volta de 360°, e está fechada quando é necessário dar um momento de descompressão ao paciente.


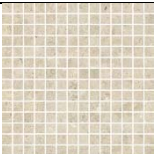


No Terraço podemos encontrar duas zonas distintas que partilham o mesmo espaço. Durante as horas de maior intensidade solar, os pacientes poderão relaxar na zona de refeição exterior, nas restantes horas em que é permitida a exposição direta ao sol, os pacientes podem aproveitar esta terapêutica natural nas camas ao sul do espaço.

Materials

Materiais de Construção

TET1	—	Recuperar teto original - H3,50m
TET2		Reparar teto original e colocar teto falso em gesso cartonado PLADUR H1 (resistente à água) - novo pé direito H3,00m
PAR1		Recuperar paredes existentes e pintar com CIN CINACRYL E157 (Grão de Areia - Coleção Brancos Tendências)
PAR2		Construir paredes em gesso cartonado PLADUR H1 (resistente à água) e pintar com CIN CINACRYL, na cor E157 (Grão de Areia - Coleção Brancos Tendências)
PAR3		Recuperar paredes existentes e pintar com CIN CINACRYL, na cor 04W4
PAR4		Construir paredes em gesso cartonado PLADUR H1 (resistente à água) e pintar com CIN CINACRY, na cor 04W4
PAR5		Recuperar paredes existentes e pintar com CIN CINACRYL, na cor 04W4, a partir da altura de H=2m
PAR6		Recuperar paredes exteriores e pintar com CIN CINOXANO MINERAL, na cor 05A3. (Aferir a tonalidade correta em obra)
VID1		Divisória em VIDRO CURVO impresso VIDREIRA DE MIRANDELA

REV1		Betumar paredes novas e recuperar as paredes existentes. Revestir com PAVIGRÉS SAVANA IVORY (MP95507) - 447mm x 897mm x H10,5mm
REV2		Betumar paredes novas e recuperar as paredes existentes. Revestir com PAVIGRÉS SAVANA IVORY (PP37507) - 297mm x 297mm x H10,5mm
REV3		Betumar paredes novas e recuperar as paredes existentes. Revestir com PAVIGRÉS SAVANA GREY (MP95505) - 447mm x 897mm x 10,5mm
REV4		Construção da piscina e revestir as paredes desta (até à altura de H=2m) com PAVIGRÉS SAVANA IVORY (PP20507) - 297mm x 297mm x 10,5mm
REV5		Recuperar as paredes existentes e revestir com PAVIGRÉS LUNE HYDRA (M6756) - 297mm x 597mm x 9,2mm
ROD1	—	Recuperar rodapé existente e dar tratamento indicado ao seu material
ROD2		Colocar rodapé PAVIGRÉS CITIES DELHI (RM8719RT) - 95mm x 597mm x 9,2mm
ROD3		Colocar rodapé PAVIGRÉS QUARTZITE ALASKA (RAD8774) - 95mm x 597mm x 9,2mm
PAV1	—	Recuperar pavimento existente e dar tratamento indicado ao seu material
PAV2		Colocar pavimento PAVIGRÉS CITIES DELHI (M16519) - 597mm x 597mm x 10,5mm

PAV3		Colocar pavimento PAVIGRÉS GLADE BRANCO (M14733) - 447mm x 447mm x 9,2mm
PAV4		Construção da piscina e dos degraus de acesso e colocar pavimento PAVIGRÉS SAVANA IVORY (PP20507) - 297mm x 297mm x 10,5mm
PAV5		Colocar pavimento PAVIGRÉS LUNE HYDRA (M6756) - 297mm x 597mm x 9,2mm
PAV6		Colocar pavimento PAVIGRÉS QUARTZITE ALASKA (AD6774) - 297mm x 597mm x 9,2mm

Loiça Sanitária

LS1		Sanita compacta 66cm NEXO SANITANA, com fixação e com descarga dual, cor Branca - 665mm x 360mm x 790mm
LS2		Urinol PIK SANITANA, com entrada vertical, cor Branca - 542mm x 361mm x 300mm
LS3		Lava-mãos NEXO 45 SANITANA, com fixação para aplicação mural - 460mm x 365mm x 175mm; Misturadora de lavatório (5520301) ÍCONE ECO SANINDUSA, em latão cromado - 45mm x 135mm x 153mm



LS4



Base de Duche MARINA SANINDUSA, fundo textura de xisto, cor Branca - 1000mm x 700mm x 270mm; Chuveiro de mão (564910) EKO 130 SANINDUSA, equipado com limitador de caudal e sistema de mistura ar/água, em ABS cromado (acrilonitrila butadieno estireno) - 130mm x 269mm; Misturadora de base (5510701) TUBE ECO SANINDUSA, em latão cromado - 281mm x 55mm x 131mm

LS5









Base de Duche MARINA SANINDUSA, fundo textura de xisto, cor Branca - 900mm x 700mm x 270mm; Chuveiro de mão (564910) EKO 130 SANINDUSA, equipado com limitador de caudal e sistema de mistura ar/água, em ABS cromado (acrilonitrila butadieno estireno) - 130mm x 269mm; Misturadora de base (5510701) TUBE ECO SANINDUSA, em latão cromado - 281mm x 55mm x 131mm




LS6



Lava-mãos de canto NEXO 50 SANITANA, para aplicação mural - 494mm x 542mm x 138mm; Misturadora de lavatório (5520301) ÍCONE ECO SANINDUSA, em latão cromado - 45mm x 135mm x 153mm

LS7		Sanita Mobilidade Condicionada COMPACTA MOBIL SANITANA, cor Branca - 690mm x 360mm x 885mm
LS8		Lavatório Mobilidade Condicionada 65 MOBIL SANITANA, cor Branca - 640mm x 550mm x 170mm; Misturadora de lavatório (5520301) ÍCONE ECO SANINDUSA, em latão cromado - 45mm x 135mm x 153mm
LS9		Banco de parede rebatível MOBIL SANITANA, em inox - 455mm x 505mm x 270mm; Misturadora de base EASY SANINDUSA, em latão cromado - 220mm x 145mm x 107mm
LS10		Barra basculante 83 PORTA ROLOS SANITANA, em inox - 800mm x 40mm x 310mm
LS11		Barra recta 60cm de parede MOBIL SANITANA, em cor cromada - 40mm x 600mm x 100mm
LS12		Barra de apoio horizontal, em inox, feita por medida - ø45mm, 300mm x 2450mm

Turismo de Saúde

TS1		Banheira de Hidromassagem CALIFORNIA 100 ARTECER, com revestimento e concha em branco Traffic (RAL 9016) - 2160mm x 900mm x 730/810mm
TS2		Mesa de Massagem ORIENT-GRANITO ARTECER, com - revestimento em Branco Traffic (RAL 9016) - 19750mm x 764mm x 530/830mm
TS3		Duche de Jato/Escocês ARTECER, com acabamento fosco acetinado - 1000mm x 450mm x 880mm

TS4		Duche Circular ARTECER, em Corian Branco e inox com acabamento fosco acetinado - ø700mm x 2100mm
TS5		Duche Vichy AC ARTECER, em inox com acabamento fosco acetinado - Lança: 2340mm x 120/350mm x 1180mm; Mural: 2000mm x 400mm x 1600mm; Marquesa: 1900mm x 760mm x 800/860mm
TS6		Módulo #2 ARTECER, com dois postos de tratamento, estrutura metálica em INOX: AISI 316L; cobertura e lavatório em Corian Branco; tubagens e válvulas em INOX AISI 316L/TEFLON com acabamento acetinado fosco; separadores visuais em Policarbonato fosco; sistema de água corrente inserido nos lavatórios; sistema de desinfecção automático; temporizador automático por tratamento (exceto Irrigação Nasal); douchette manual; dispensador de toalhetes de papel; bancos individuais com assento “bicicleta” almofadado; apoios ao chão com regulação de nivelamento - 1500mm x 710mm x 1260mm
TS7		Módulo #3 ARTECER, com três postos de tratamento, estrutura metálica em INOX: AISI 316L; cobertura e lavatório em Corian Branco; tubagens e válvulas em INOX AISI 316L/TEFLON com acabamento acetinado fosco; separadores visuais em Policarbonato fosco; sistema de água corrente inserido nos lavatórios; sistema de desinfecção automático; temporizador automático por tratamento (exceto Irrigação Nasal); douchette manual; dispensador de toalhetes de papel; bancos individuais com assento “bicicleta” almofadado; apoios ao chão com regulação de nivelamento - 2250mm x 710mm x 1260mm
TS8	    	Tratamentos de Otorrinolaringologia: Aerosol: AC-01 ARTECER, com estrutura e pulverizador em poliacetal com acabamento fosco acetinado - 150mm x 110mm x 225mm; Irrigador: AC-01 ARTECER, com estrutura em inox AISI 316L com acabamento fosco acetinado - 120mm x 180mm x 880mm; Nebulizador: AC-01 ARTECER, com estrutura e pulverizador em inox AISI 316L com acabamento fosco acetinado - 120mm x 180mm x 880mm; Pulverizador: AC-01 ARTECER, com estrutura e pulverizador em inox AISI 316L com acabamento fosco acetinado - 120mm x 180mm x 880mm; Campânula: SAD ARTECER, com estrutura em porcelana técnica em branco - 120mm x 180mm x 880mm

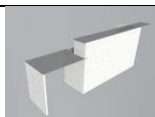
TS9



Buvette para tratamento de Hidropinia - ø1500mm x 1250mm (750mm de altura para acesso à torneira)

Equipamento Desenhado

MOB1



Balcão da Entrada - 3350mm x 600mm x 1100mm

MOB2



Banco de apoio para ginásio e zonas de tratamento - 460mm x H450mm (a largura varia consoante o local, tendo que a medida ser aferida em obra)

MOB3



Carrinho de apoio para as massagens - 1000mm x 400mm x 920mm

MOB4



Mesa de refeições - 1000mm x 980mm x 800mm

Equipamento Móvel

EM1



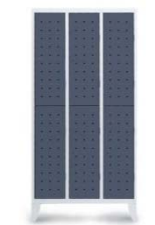
Cadeira ergonómica de 5 rodas OFX09 GALLOTTI & RADICE, com braços em cromado e revestida a couro ecológico branco - 500mm x 660mm x 1150/1220mm

EM2



Cadeirão OCCASIONAL LOUNGE CHAIR BY JASPER MORRISON VITRA, com pés em plástico e acabamento em rayon e linho na cor 07 alabaster - 735mm x 725mm x 705mm

EM3



Cacifo com 6 compartimentos DESIGN MANUTAN, com 3 colunas de 300mm, pés reguláveis, ventilação nas portas, com chave, com estrutura em chapa de aço em cinzento claro (RAL 7016/7035) - 900mm x 500mm x 1800mm


EM4





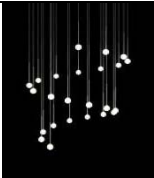
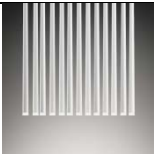







Chaise longue CTR MERIDIENNE 01103 TRIBU, com braço à esquerda, com estrutura em aço inoxidável na cor 89 Wengué, acento estufado em acrílico na cor Luxury Lys B20 - 940mm x 1790mm x 860mm

EM5		Cadeira MOOD 06218 TRIBÙ, em madeira de teca na cor 85 Earthbrown - 600mm x 580mm x 770mm
EM6		Sofá de 3 lugares MOOD 06209 TRIBÙ, em madeira de teca, tecido acrílico na cor B32 Luxury Pure White - 2320mm x 840mm x 750mm
EM7		Lounge chair MOOD 06203 TRIBÙ, em madeira de teca, tecido acrílico na cor B32 Luxury Pure White - 820mm x 780mm x 750mm
EM8		Sofá de 2 lugares MOOD 06208 TRIBÙ, em madeira de teca, tecido acrílico na cor B32 Luxury Pure White - 1630mm x 770mm x 690mm
EM9		Lounge bed MOOD 06250 TRIBÙ, em madeira de teca, tecido acrílico na cor B32 Luxury Pure White - 1500mm x 1380mm x 690mm
EM10		Mesa de centro MOOD 06282 TRIBÙ, em madeira de teca - 660mm x 660mm x 280mm
EM11		Cadeira ergonómica de 5 rodas OFX09 GALLOTTI & RADICE, revestida a couro ecológico branco - 500mm x 620mm x 850/920mm
EM12		Secretária AIR DESK GALLOTTI & RADICE, em vidro temperado de 12mm, estrutura em aço inoxidável - 1200mm x 800mm x 740mm
EM13		Secretária AIR DESK GALLOTTI & RADICE, em vidro temperado de 12mm, estrutura em aço inoxidável - 1800mm x 900mm x 740mm
EM14		Sistema modular AIR UP GALLOTTI & RADICE, em madeira revestida a vidro pintado - 900mm x 510mm x 481mm
EM15		Sistema modular AIR UP GALLOTTI & RADICE, em madeira revestida a vidro pintado - 1200mm x 510mm x 481mm
EM16		Marquesa de 3 corpos elétrica C5556 ARTECER, em pele sintética cinza - 1970mm x 960mm x 470/890mm

Iluminação

ILU1		Candeeiro de mesa para exterior JUNE 4790 VIBIA, em alumínio, com acabamento lacado a castanho escuro mate, e policarbonato - ø105mm x 135mm
------	---	--

ILU2		Candeeiro de mesa FLEX 0751 VIBIA, em alumínio com acabamento em lacado branco mate (RAL 9016), com altura ajustável - 650mm x 170mm x 470/610mm
ILU01		Candeeiro embutido no teto falso VANCOUVER ROUND 90 LED ASTRO LIGHTING, em cromado polido - Ø90mm x 66mm
ILU02		Candeeiro embutido no teto falso VANCOUVER ROUND LED ASTRO LIGHTING, em cromado polido - Ø115mm x 80mm
ILU03		Candeeiro pendente MATCH VIBIA, com acabamento em lacado branco mate RAL9016 - Ø105mm
ILU04		Candeeiro pendente com diferentes cotas altimétricas - ALGORITHM VIBIA
ILU05		Candeeiro pendente SLIM VIBIA - Ø26mm x 1000mm
ILU06		Perfil para iluminação linear com LED DOUBLE COVE LIGHTING CORNICE ELENi - 115mm x 115mm
ILU07		Luz subaquática RGB LED para fontes POOL SIMES - Ø240mm x 150mm
ILU08		Candeeiro de teto PLUS VIBIA, em lacado branco - Ø350mm x 180mm (60mm à vista)
ILU09		Candeeiro embutido no teto falso TARO ROUND FIRE-RATED 5672 ASTRO LIGHTING - Ø100mm x 152mm
A		Elevador TECHNOLOGY SYNERGY SEED THYSSENKRUPP, com painel em aço revestido Skinplate branco, teto pintado de branco com 4 focos LED, espelho de 5mm de vidro temperado na parede traseira, corrimão robusto de aço inoxidável ø38mm, pavimento em vinil com alta resistência na cor Stone Beige, painel de operação da cabina (COP) White Moon, painel de operação do patamar (LOP) 53 - 1740mm x 1635mm

Tab. 16 Lista de Materiais e Revestimentos utilizados no Projeto

Ambientes

Nos ambientes, podemos observar os elementos 3D do projeto. O folder com as inspirações, conceitos e peças utilizadas por divisão poderá ser consultado no Anexo B.

Recepção



Ilus. 11 Recepção - Vista a partir da Entrada

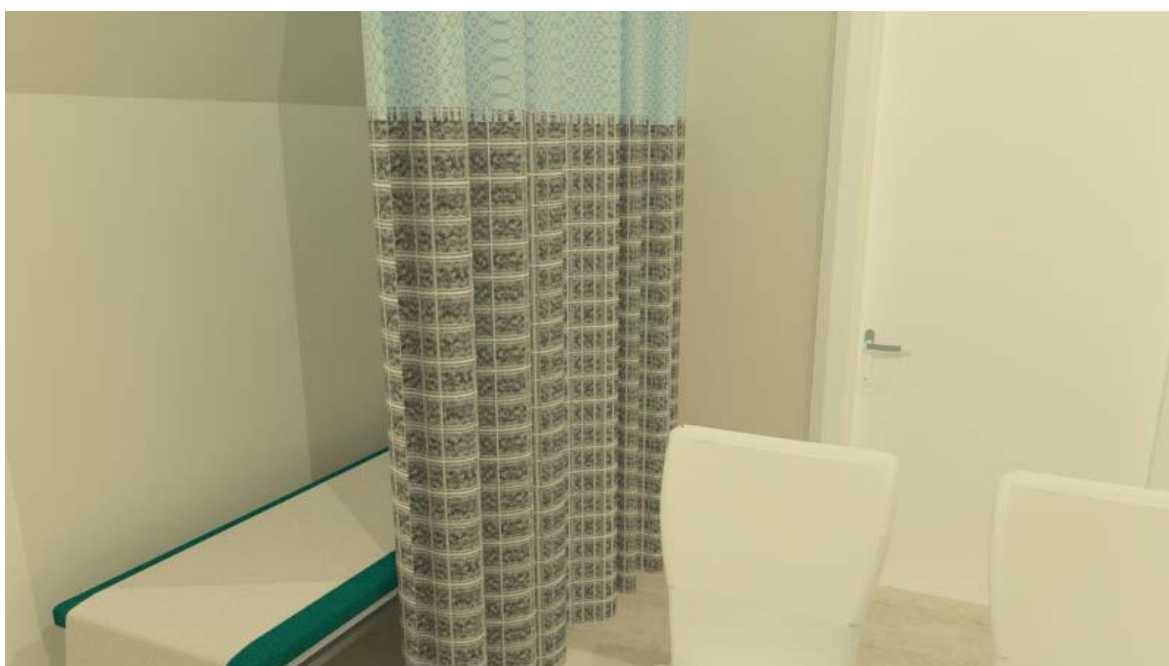


Ilus. 12 Recepção - Vista a partir da porta do Hall das Escadas

Consultórios



Ilus. 13 Consultório - Vista a partir da entrada



Ilus. 14 Consultório - Vista a partir da janela

Balneários



Ilus. 15 Balneário - Vista a partir da entrada

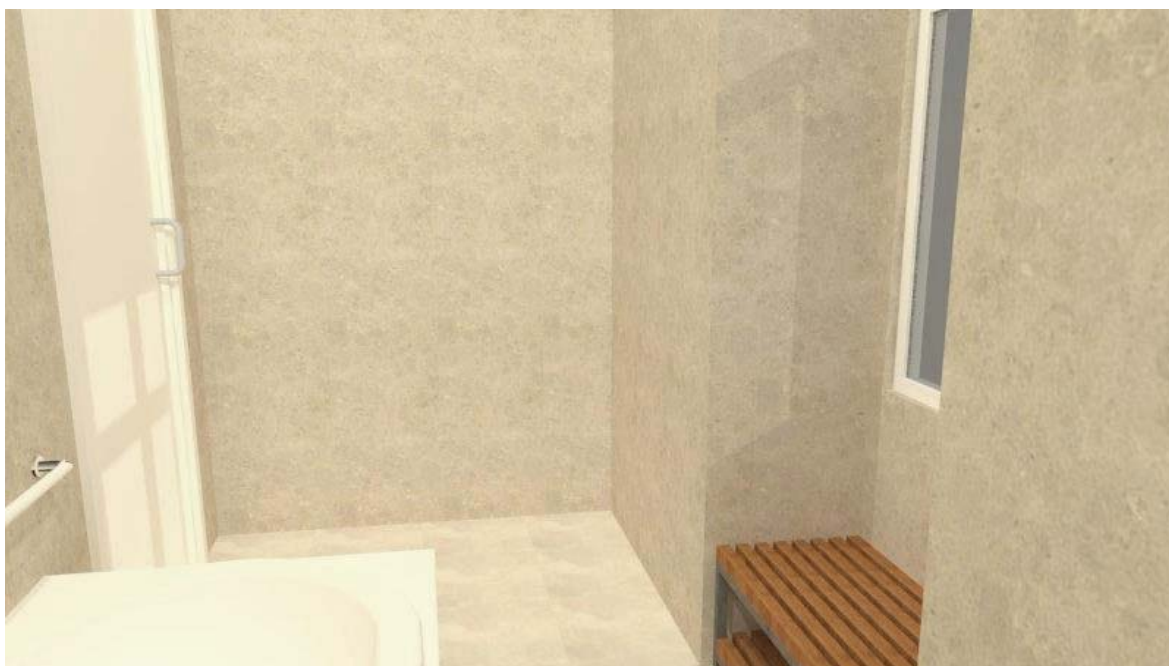


Ilus. 16 Balneário - Vista a partir dos lavatórios (a porta foi retirada para uma melhor visualização)

Tratamentos por Banhos - Hidromassagem



Ilus. 17 Banhos - Vista a partir do hall onde é possível realizar uma volta de 360° com uma cadeira de rodas



Ilus. 18 Banhos - Vista a partir da janela

Tratamentos por Banhos - Piscina



Ilus. 19 Piscina - Vista a partir da janela



Ilus. 20 Piscina - Vista a partir da entrada

Tratamento por Hidropinia



Ilus. 21 Hidropinia - Vista a partir do canto nascente

Referências bibliográficas

- Henriques, J. A. (2011). *Turismo do Estoril. Apontamentos Para uma Visita ao Estoril*. Monte Estoril: Academia de Letras e Artes.
- Xavier, H., Ferrão, I. R., & Henriques, J. M. (2003). *Catálogo de Exposição "São João do Estoril e os Banhos da Poça: a Localidade e as Termas. 1838 - 1923"*. Câmara Municipal de Cascais: GIR - Gabinete Impressor, Lda.

8 _ Conclusão

As características arquitetónicas de um edifício termal respondem às características da época, à linguagem dos edifícios construídos em determinado século. O que difere estes edifícios dos restantes é exatamente a sua função, as preocupações com o programa de espaços e, com o evoluir da ciência, as necessidades que cada divisão e terapêutica exigem.

A arquitetura termal torna-se numa arquitetura vernacular, pois as nascentes termais surgem nos locais mais inesperados e é necessário respeitar o espaço em que está inserida, a topografia e a natureza envolvente.

A evolução da história ajuda-nos a compreender que um edifício termal não sobrevive por si só. No período romano, os espaços interiores subdividiam-se entre banhos, ginásios e lojas. Mais recentemente, o complexo termal é composto por diversos edifícios que se interligam entre eles pela importância que cada um tem para esta atividade – balneário, alojamento, restauração, lazer e atividades desportivas – sem descurar os espaços exteriores.

A história termal permite-nos reconhecer que ‘aquilo’ que começou como um culto religioso a uma nascente de água que ‘curava’, tornou-se num estudo tão complexo entre elementos hidrominerais e o tratamentos de patologias específicas.

É possível concluir que, respeitando os espaços, limites de um edifício e, obviamente, as regras determinadas para cada um, é possível dar-lhe uma nova vida, uma nova função. Assim, desde que as regras do Turismo de Saúde sejam respeitadas e a construção esteja dentro das leis aplicadas, todo e qualquer edifício, que tenha uma nascente termal na sua proximidade, pode ser transformado num espaço termal.

Sem esquecer que este projeto é de Design de Interiores, não foram acrescentados nenhuns edifícios ao lote, no entanto, tal seria possível tendo em conta as grandes dimensões deste, o que poderia acrescentar valor e infraestruturas, transformando-o num complexo termal.

Bibliografia

- "Edifício Cruzeiro Transformado em Academia das Artes do Estoril". (15 de Novembro de 2016). Obtido em Março de 2018, de Cascais.pt:
<https://www.cascais.pt/noticia/edificio-cruzeiro-transformado-em-academia-das-artes-do-estoril>
- Ábalos, I. (2003). *A Boa Vida*. Editorial Gustavo Gili.
- Ângelo, R. A. (2014). *A autenticidade na conservação e salvaguarda do património arquitectónico - Arquitectura termal em Portugal: O caso de S. Pedro do Sul*. Lisboa: Instituto Superior Técnico.
- Appleton, J. (2011). *Reabilitação de Edifícios Antigos. Patologias e Tecnologias de Intervenção*. Amadora: Edições Orion.
- Archeology, T. (Junho de 2010). *Thermae: Os Banhos na Roma Antiga (Parte 3)*. Obtido em Junho de 2018, de The Archeology:
<https://thearcheology.wordpress.com/category/roma-antiga/termas-romanas/>
- Bastos, C., Quintela, M. M., & de Matos, A. P. (2002). *Caldas da Saúde*. Obtido em Outubro de 2017, de O Novo Aquilégio:
http://www.aguas.ics.ul.pt/porto_csaude.html
- Bastos, C., Quintela, M. M., & de Matos, A. P. (2002). *Termas do Estoril*. Obtido em Outubro de 2017, de O Novo Aquilégio:
http://www.aguas.ics.ul.pt/lisboa_estoril.html
- Bastos, C., Quintela, M. M., & Matos, A. P. (2002). Obtido em Fevereiro de 2017, de O NOVO AQUILÉGIO: <http://www.aguas.ics.ul.pt/>
- Cabral, C., & Cabral, J. (s.d.). *Exposição "Patrimónios de Cascais"*. Câmara Municipal de Cascais: GIR - Gabinete Impressor.
- Cantista, A. P. (2008 - 2010). Artigo. *O Termalismo em Portugal*. Anales de Hidrología Médica.
- Coimbra, A. R. (2013). Dissertação de Mestrado. *Termas da Curia: abordagem da arquitectura termal*. Lisboa: Faculdade de Arquitectura e Artes, Universidade Lusíada de Lisboa.
- Contreiras, J. A. (1937). *Guia Hidroterápico de Portugal*. Lisboa: Empresa Nacional de Publicidade.

de Oliveira, P. C., Teixeira, P., de Carvalho, P. M., Monteiro, D., Cantista, D., Silva, D. J., . . . Barbosa, D. P. (2009). *Manual de Boas Práticas dos Estabelecimentos Termais*. Lisboa: Associação das Termas de Portugal.

D'Encarnação, J. (2007). *Recantos de Cascais*. Lisboa: Edições Colibri.

Dicionário do Termalismo. (2017). Obtido em 26 de Outubro de 2017, de Termas de Portugal:
<http://www.termasdeportugal.pt/media/4/file/Dicionario/DicionarioDoTermalismo.pdf>

Fernandes, J. V., & Fernandes, F. M. (2008). *Spas, Centros Talasso e Termas. Turismo de Saúde e Bem-Estar*. Lisboa: Editora Pergaminho SA.

Fernandes, J. V., & Fernandes, F. M. (2011). *Turismo de Saúde e Bem-estar no Mundo. Ética, excelência, segurança e sustentabilidade*. São Paulo: Editora Senac São Paulo.

Ferreira, A. G. (1993). *Dicionário de Latim-Português*. Porto: Porto Editora.

Furtado, E. (14 de Abril de 2010). *Termas do Estoril reabrem modernizadas e com a mesma qualidade das águas*. Obtido em Abril de 2018, de Canela & Hortela. Revista Online de Cultura, Lazer e Viagens: <http://canelaehortela.com/termas-do-estoril-reabrem-com-ambiente-moderno-e-de-luxo/>

Graça, A. C. (2013). Dissertação de Mestrado. *Cidade, espaço público e corpo: água enquanto gerador de espaço*. Lisboa: Departamento de Arquitectura, Universidade Autónoma de Lisboa.

Henriques, J. A. (2011). *Turismo do Estoril. Apontamentos Para uma Visita ao Estoril*. Monte Estoril: Academia de Letras e Artes.

Henriques, J. M. (2014). *Cascais. 650 anos de História. 1364-2014*. Cascais: Câmara Municipal de Cascais.

Henriques, J. M., Pinto, H. G., & Mangorrinha, J. (2011). *Catálogo de Exposição "O Estoril e as Origens do Turismo em Portugal. 1911-1931"*. Cascais: Wizard's II.

Lacerda, R. (2011). Tese de Doutoramento. *Arquitectura Termal em Portugal : em busca do balneário ideal*. Coruña: Universidade da Coruña. Departamento de Construcións Arquitectónicas.

Lara, A. d. (1984). *Arquivo de Cascais - Boletim Cultural do Município*. Cascais: Tipografia Cardim, Lda.

Mahoney, K. D. (2002-2018). *Latin Dictionary & Grammar Resources*. Obtido de Latdict: <http://latin-dictionary.net/>

- Mariz, S. M. (2015). Dissertação de Mestrado. *Estâncias Termas Contemporâneas – Os Casos de Vidago e Pedras Salgadas*. Coimbra: Departamento de Arquitectura da Faculdade de Ciências e Tecnologia da Universidade de Coimbra.
- Matos, A., Barreiros, C., Dias, C., Pité, C., Ribeiro, L., Pacheco, P., & Noronha, V. (2014). Brochura. *Orientações do Programa de Vigilância Sanitária das Piscinas*. Lisboa e Vale do Tejo, I. P.: Departamento de Saúde Pública, Administração Regional de Saúde.
- Mecanoterapia*. (2017). Obtido em Outubro de 2017, de Fisioterapia Oeiras:
<http://www.fisioterapiaoeiras.com/servicos/fisioterapia/mecanoterapia>
- Morgado, A. T. (2013). Monografia para Licenciatura. *A Arquitectura de Veraneio e a sua Imagética. Da Boca do Inferno aos Banhos da Poça. 1870-1920*. Lisboa: Departamento de História, Universidade.
- Noronha, V., Pacheco, P., Guerreiro, M., Ribeiro, L., Dias, C., Barreiros, C., . . . Pereira, A. (2012). Relatório. *Perfil Ambiental da Região de Lisboa e Vale do Tejo*. Lisboa e Vale do Tejo, I. P.: Departamento de Saúde Pública, Administração Regional de Saúde.
- PERGUNTAS FREQUENTES*. (2018). Obtido em Abril de 2018, de IPMA (Instituto Português do Mar e da Atmosfera):
<https://www.ipma.pt/pt/enciclopedia/amb.atmosfera/uv/index.html?page=faqs.xml>
- Pinto, H. G., & Mangorrinha, J. (2009). *O Desenho das Termas: História da Arquitectura Termal Portuguesa*. Odivelas: António Coelho Dias, SA - Artes Gráficas.
- Pinto, N. R. (2009). Tese de Mestrado Integrado. *Arquitectura Termal Portuguesa. Benefícios da Sua Recuperação*. Porto: Faculdade de Engenharia. Universidade do Porto.
- Portugal, T. d. (2013). *Museu Condes de Castro Guimarães*. Obtido em Fevereiro de 2018, de Visit Portugal: <https://www.visitportugal.com/pt-pt/content/museu-condes-de-castro-guimar%C3%A3es>
- Portugal, T. d. (2013). *Palácio e Parque de Monserrate*. Obtido em Fevereiro de 2018, de Visit Portugal: <https://www.visitportugal.com/pt-pt/content/palacio-e-parque-de-monserrate>
- Portugal, T. d. (2013). *Palácio Nacional da Pena*. Obtido em Fevereiro de 2018, de Visit Portugal: <https://www.visitportugal.com/pt-pt/content/palacio-nacional-da-pena>
- Portugal, T. d. (2017). Obtido em Fevereiro de 2017, de Turismo de Portugal:
www.turismodeportugal.pt
- Portugal, T. d. (2017). *Catálogo Digital*. Obtido em Outubro de 2017, de Termas de Portugal: <http://www.termasdeportugal.pt/catalogodigitalatp/>

- Quintela, J. A. (2008). Dissertação de Mestrado. *Turismo de Saúde e Bem-estar - Impacto da qualidade de serviço na satisfação dos utilizadores*. Aveiro: Departamento de Economia, Gestão e Engenharia Industrial, Universidade de Aveiro.
- Ramalho, E. C., & Lourenço, M. C. (s.d.). *As águas de Alfama - memórias do passado da cidade de Lisboa*. Amadora: Instituto Nacional de Engenharia, Tecnologia e Inovação.
- Ramalho, M. d. (s.d.). *Estoril. A vanguarda do Turismo | Estoril. Tourism avantgarde*. Lisboa: By the Book.
- Ramos, A. R. (2005). Tese de Doutoramento. *O Termalismo em Portugal: Dos factores de obstrução à revitalização pela dimensão turística*. Aveiro: Departamento de Economia, Gestão e Engenharia Industrial, Universidade de Aveiro.
- Rebelo, H. (2012). Conferência. *Águas termais em Portugal. Indicações terapêuticas e modos de utilização*. Departamento de Saúde Ambiental, Instituto Nacional de Saúde Doutor Ricardo Jorge.
- Rebelo, H. (15 de Novembro de 2012). Indicações Terapêuticas e Modos de Utilização. *Águas Termais em Portugal*. Lisboa.
- Reis, M. P. (Setembro de 2044). Tese de Doutoramento. *De Lysitaniae Urbivm Balneis. Estudo sobre as termas e balneários das cidades da Lusitânia*. Coimbra.
- Santos, C., & Cabral, J. (s.d.). *Exposição "Patrimónios de Cascais"*. Câmara Municipal de Cascais.
- Silva, F. M. (2011). *"A SST em Unidades Termais: Manual de Boas Práticas"*. Lisboa: Petrica Editores, Lda.
- Silva, F. M. (2011). *"O State of the Art nas Unidades Termais em Matéria de SST"*. Lisboa: Petrica Editores, Lda.
- Silva, F. M. (2011). *Uma Abordagem à Caracterização do Universo Termal*. Lisboa: Petrica Editores, Lda.
- Silva, R. H. (1988). A Arquitectura de Veraneio em S. João do Estoril, Parede e Carcavelos, 1890-1930. Em *Boletim Cultural do Município nº 7* (pp. 93 - 174). Câmara Municipal de Cascais.
- Silva, R. H. (2010). *Arquitectura de Veraneio. Cascais*. Maia: Sersilito-Empresa Gráfica, Lda.
- Silva, R. H. (2010). *Roteiros do Património de Cascais: Arquitectura de Veraneio Cascais*. Maia: Sersilito - Empresa Gráfica, Lda.
- Termas de Portugal. (2017). Obtido em Fevereiro de 2017, de Termas de Portugal: <http://www.termasdeportugal.pt/>

Xavier, H., Ferrão, I. R., & Henriques, J. M. (2003). *Catálogo de Exposição "São João do Estoril e os Banhos da Poça: a Localidade e as Termas. 1838 - 1923"*. Câmara Municipal de Cascais: GIR - Gabinete Impressor, Lda.

Glossário

Acne. *Patologia Clínica – Doença de Pele*

Doença dermatológica de que resulta a obstrução dos folículos pilosos e das glândulas sebáceas (folículos pilossebáceos).

Aerobanho. *Hidrologia Médica e Técnicas Termiais*

É uma emulsão de bolhas de ar atmosférico em água termal provocada pela insuflação de ar, através de orifícios situados no fundo da banheira. Técnica que favorece a oxigenação dos tecidos, criando uma vasodilatação cutânea.

Aerocolia. *Patologia Clínica – Doença Gastrointestinal*

Excesso de gases no intestino grosso. A produção de gases pelas bactérias do cólon pode estar aumentada por aumento da carga bacteriana, por hiperprodução de gases ou pela digestão incompleta no intestino delgado que provoca a chegada de alimentos não digeridos ao intestino grosso. Geralmente é acompanhada por flatulência e distensão abdominal, com dor associada.

Aerossol. *Hidrologia Médica e Técnicas Termiais*

É a inalação de partículas sólidas ou líquidas, num meio gasoso, em suspensão. A dimensão das partículas determina maior ou menor progressão na árvore respiratória. Partículas com mais de 5 micra ficam nas vias respiratórias superiores, entre 2 a 4 micras alcançam os bronquíolos inferiores. Depositam-se preferencialmente nos alvéolos. A dispersão da água mineral sob a forma de aerossol efetua-se por ação de ar comprimido ou de gerador de ultrassons. O aerossol deve ser inalado imediatamente à saída do aparelho porque pouco tempo após contactarem com o ar geram-se oxidações nas partículas de água que criam compostos com efeito irritante para a mucosa.

Aerossolterapia. *Hidrologia Médica e Técnicas Termiais*

Consiste na utilização de aerossóis com fins terapêuticos. Este tipo de tratamento é dirigido para:

1- Reduzir o broncoespasmo;

- 2 - Diminuir o edema da mucosa;
- 3 - Modificar as secreções brônquicas;
- 4 - Prevenir infecção respiratória.

Aerossol simples. *Hidrologia Médica e Técnicas Termais*

Técnica termal realizada com a ajuda de uma máscara ou oliva bucal ou nasal em que as partículas da água têm dimensão inferior a 5 microns, permitindo uma penetração brônquica da água termal.

Aerossol sónico. *Hidrologia Médica e Técnicas Termais*

Aerossol produzido em equipamento que dá lugar a partículas de pequena dimensão utilizadas no tratamento das vias aéreas superiores (rinosinusites) e nas vias aéreas inferiores (bronquite crónica e asma).

Aerossol ultrasónico. *Hidrologia Médica e Técnicas Termais*

Partículas sólidas ou líquidas obtidas através de um gerador de ultrassons que possibilitam a fragmentação das moléculas da água. As vantagens desta técnica são a obtenção de um aerossol com menor dispersão e maior homogeneidade da dispersão das partículas.

Afeção. *Patologia Clínica – Outros*

Qualquer doença, lesão ou condição patológica.

Afeção não exsudativa. *Patologia Clínica – Outros*

Termo aplicado a lesões, particularmente da pele e tecidos moles e mucosas, em que não existe produção de líquido.

Água bicarbonatada. *Hidrogeologia*

Água cujo ião dominante é o HCO_3^- . É hipotermal, com alta percentagem de Mg , pH = 7, dureza total com valores elevados e percentagens de sílica e flúor muito baixas. Há a distinguir:

- 1 - As águas cálcicas, fracamente mineralizadas;
- 2 - As águas mistas (sódico-cálcicas), mesossalinas.

Estão indicadas nas afeções do aparelho digestivo (gastrointestinais e hepatovesiculares), doenças metabólico-endócrinas (diabetes, hiperuricemia), afeções do aparelho nefro-urinário (litíase úrica) e afeções do aparelho respiratório (rinites, sinusites, laringites, DPOC).

Água cloretada. *Hidrogeologia*

Água cujo ião dominante é o cloreto. O catião dominante é o Na⁺ com percentagens de sílica e flúor muito baixas, mesotermiais. Há a distinguir a hipersalina com pH=7, da fracamente mineralizada de pH>7.

Está indicada nas afeções do aparelho digestivo (discinesias vesiculares; hipotonia intestinal); dermatologia (propriedades cicatrizantes, afeções não exsudativas); afeções do aparelho respiratório (rinites, sinusites, laringites, DPOC); doenças reumáticas e músculoesqueléticas (situações pós-traumáticas, edematosas e algicas) e doenças ginecológicas.

Água de nascente. *Hidrogeologia*

Água subterrânea que não se integra no conceito de recursos hidrominerais, desde que na origem se conserve própria para beber. Na captação, a água de nascente é considerada bacteriologicamente própria se se apresentar isenta de:

- 1 - Parasitas e microrganismos patogénicos;
- 2 - Escherichia coli e outros coliformes e estreptococos fecais, em 250 ml de amostra analisada;
- 3 - Anaeróbios esporolados sulfito-redutores, em 50 ml de amostra analisada;
- 4 - Pseudomonas aeruginosa, em 250 ml de amostra analisada.

Água dura. *Hidrogeologia*

Água com concentração de H₂CO₃ superior a 500 mg/l.

Água ferruginosa. *Hidrogeologia*

Água com concentração de ferro total superior a 5 mg/l.

Água fracamente mineralizada. *Hidrogeologia*

Mineralização total entre 50 e 500 mg/l.

Água gasocarbónica. *Hidrogeologia*

Caracterizada por ter mais de 500 mg/l de CO₂ livre. É hipersalina, o anião dominante é o HCO₃⁻ (>90% dos mval), o catião dominante é o Na⁺ (raramente o Ca²⁺), tem baixa percentagem de sílica (<4%), baixa percentagem de flúor (<1,5 %) e razão alcalinidade/resíduo seco muito elevada (>16). Há a distinguir:

- 1 - A água hipotermal com pH=6 (sódicas ou cálcicas);
- 2 - A água hipertermal com pH=7 (sódicas).

Água hipersalina. *Hidrogeologia*

Água com mineralização total superior a 1.500 mg/l.

Água hipertónica. *Hidrogeologia*

Água com uma concentração de sais minerais superior à do soro fisiológico humano (>5.000 mg/l).

Água hipossalina. *Hidrogeologia*

Água com mineralização total inferior a 50 mg/l.

Está indicada nas afeções do aparelho nefro-urinário (litíase renal, propriedades diuréticas); doenças metabólico-endócrinas (na dependência dos iões predominantes), doenças do sangue – anemias (águas ferruginosas), doenças ginecológicas e dermatológicas (águas silicatadas).

Água hipotónica. *Hidrogeologia*

Água com uma concentração de minerais inferior à do soro fisiológico humano (<5.000 mg/l).

Água isotónica. *Hidrogeologia*

Água com uma concentração de minerais semelhante à do soro fisiológico humano (semelhante a 5.000 mg/l).

Água mesossalina. *Hidrogeologia*

Água com mineralização total entre 500 e 1.500 mg/l.

Água Mineral. *Hidrogeologia*

Água com tipologia físico-química distinta das restantes, numa dada região. Por vezes é apelidada de água termal ou mineromedicinal.

- Classificação da Água Mineral quanto à temperatura: a temperatura da água aumenta, em média, 1 grau a cada 30 metros de profundidade, podendo todavia ter maior incremento em regiões geotérmicas.

- Classificação da Água Mineral quanto à mineralização: a sua mineralização total pode variar de pouco mineralizada a muito mineralizada.

A composição química da água mineral é determinada pela composição da rocha onde é captada. Contudo, e dependendo dos processos geoquímicos, tipos de solos similares podem originar diferentes tipos de água mineral.

Água mineral natural. *Hidrogeologia*

Água considerada bacteriologicamente própria, de circulação profunda, com particularidades físico-químicas estáveis na origem dentro da gama de flutuações naturais, de que resultam propriedades terapêuticas ou simplesmente efeitos favoráveis à saúde.

Água mineroindustrial. *Hidrogeologia*

Água natural subterrânea que permite a extração económica de substâncias nela contida.

Água radioativa. *Hidrogeologia*

Água que na sua captação apresenta radioatividade natural elevada. A radioatividade natural da água provém dos elementos radioativos dissolvidos, suspensos sob a forma de colóides ou dispersos. A radioatividade natural na água deriva, principalmente, das rochas e minerais com os quais a água esteve em contato. Tem efeitos sedantes, de vasodilatação e anti-inflamatórios.

Água silicatada. *Hidrogeologia*

Água que contem sílica (SiO₂) na sua constituição, sendo este o seu ião dominante. Nas águas subterrâneas, a sílica não ocorre em quantidades significativas (teores entre 1 e 40 mg/l) enquanto que, nas águas bicarbonatadas sódicas originadas a grandes profundidades, os teores podem atingir valores na ordem dos 100 mg/l. Está indicada nas doenças ginecológicas e doenças dermatológicas.

Água sulfatada. *Hidrogeologia*

Água cujo ião dominante é o sulfato. É hipersalina, o catião dominante é o Ca^{2+} , com percentagens de sílica e flúor muito baixas e muito duras.

Está indicada nas afeções do aparelho digestivo (discinesias vesiculares; laxantes / purgativas se contiverem Mg), doenças metabólico-endócrinas (hiperuricemia), doenças nefro-urinárias (litíase úrica; Hipertensão Arterial devido a propriedades diuréticas).

Água sulfúrea. *Hidrogeologia*

Água que contem formas reduzidas de enxofre. Neste grupo podem ser diferenciadas:

- 1 - A água sulfúrea primitiva (em que ainda há a distinguir as de $\text{pH} < 8,35$ e $\text{pH} > 8,35$);
- 2 - A água que não apresenta valores característicos da sulfúrea primitiva em alguns parâmetros;
- 3 - A água sulfúrea de transição.

A água sulfúrea primitiva tem como ião dominante o HCO_3^- e o Na^+ , altas percentagens de sílica e flúor, é fracamente mineralizada e tem dureza muito baixa.

Está indicada nas afeções do aparelho respiratório (rinites, faringites, laringites, DPOC); dermatologia (seborreia e acne, eczemas crónicos, psoríase); doenças reumáticas e músculo-esqueléticas (articulares, abarticulares, componente tendinoso, neurológico, sequelas pós-traumáticas, etc) e doenças ginecológicas (processos catarrais ou congestivos, atrofia pós-menopáusia).

Água sulfurosa. *Hidrogeologia*

Água que contem enxofre no estado de sulfureto, de sulfureto de hidrogénio (H_2S). Em geral, apresenta uma fraca mineralização, sendo a sua temperatura extremamente variável. Utiliza-se principalmente em banhos. O seu efeito fundamenta-se na reabsorção dos compostos de enxofre através da pele ou sob forma de inalação ou ingestão. Nas artropatias há normalmente uma perda de enxofre ao nível das cartilagens, articulares e da sinovial, tenta-se assim fornecer enxofre ao organismo através da absorção dos seus compostos pela pele favorecendo desta forma a regeneração da cartilagem. Nas dermatoses utiliza-se este tipo de água aproveitando as propriedades queratológicas e antiparasitárias do enxofre.

São portanto **indicações** para tratamento com água sulfurosa, artrites crónicas, espondiloses, espondilartroses, acne, eczemas crónicos, psoríase, dermatoses diabéticas, piodermites, síndromes varicosas. É ainda aconselhada para doenças do foro respiratório como sejam sinusites, rinites, bronquites crónicas e diversos problemas alérgicos.

Alergia. *Patologia Clínica – Alergias*

Resposta do sistema imunitário a substâncias externas, designadas alergénios. Esta resposta consiste na produção de anticorpos contra os alergénios e que pode manifestar-se por reações inflamatórias cutâneas, das vias aéreas, do sistema digestivo, ou manifestações cardiovasculares, com um grau de gravidade que pode variar entre reações ligeiras e uma situação emergente e potencialmente fatal, apelidada anafilaxia.

Algia. *Patologia Clínica – Outros*

O mesmo que dor. Dependendo da localização da dor poderão utilizar-se termos mais específicos como coxalgia (dor na articulação coxo-femural), cervicalgia (dor cervical), gonalgia (dor no joelho), entre outros.

Analgesia. *Patologia Clínica – Outros*

Redução ou abolição da sensação de dor, ou nocicepção, no estado vígil. A redução da dor e dos restantes componentes sensitivos é chamada anestesia.

Anemia. *Patologia Clínica – Doença de Sangue*

Existe anemia quando não existe o número suficiente de glóbulos vermelhos no sangue para transportar o oxigénio para os tecidos. A causa mais comum de anemia é a deficiência de ferro, existindo outras etiologias relacionadas com défices nutricionais (folato, vitamina A, vitamina B12), inflamação (crónica ou aguda), infeções, doenças da síntese de hemoglobina, ou eritropoiese ineficaz. Na prática clínica e de acordo com as indicações da Organização Mundial de Saúde, diagnostica-se anemia quando a concentração de hemoglobina é inferior ao valor normal para a população de referência, nomeadamente 13 g/dl em homens adultos e 12 g/ dl em mulheres adultas.

Anorexia Nervosa. *Patologia Clínica – Doença Psiquiátrica*

Perda de apetite. Medo de engordar. Restrição da alimentação. Perda excessiva de peso. Controlo do apetite. Não deve ser confundida com anorexia nervosa, uma perturbação alimentar que resulta na perda de peso excessiva através de dieta ou exercício exagerados, acompanhada do medo constante de aumentar de peso e de uma distorção da imagem corporal.

Ansiedade. *Patologia Clínica – Doença Psiquiátrica*

Resposta natural de adaptação que, quando excessiva, se torna patológica e pode apresentar-se sob a forma de várias doenças, como perturbação de ansiedade generalizada, fobias, perturbações de pânico, perturbação obsessivo-compulsiva, ou perturbação de *stress* agudo. Na maioria destas doenças são sintomas comuns as alterações do sono, défice de concentração e reduzida capacidade funcional, social e ocupacional.

Aplicações de contraste. *Hidrologia Médica e Técnicas Termas*

Aplicações nas quais se utilizam temperaturas variáveis, quentes e frias, de forma alternada com duração e ritmo determinado.

Indicações: afeções do aparelho locomotor; afeções cardiovasculares; alterações venosas dos membros inferiores; doenças nervosas; serviços de bem-estar termal.

Aquista. *Organização Termal*

Ver Termalista.

Artralgia. *Patologia Clínica – Doença Reumatológica*

Termo que significa dor articular.

Artrite. *Patologia Clínica – Doença Reumatológica*

Termo genérico que designa inflamação de uma ou mais articulações causada por uma doença primária articular (artrite reumatóide, osteoartrose, gota, artrite séptica, etc...) ou que surge como sintoma de doenças extra-ósseas (psoríase, lúpus, hepatite, artrite reativa, etc...). Os sinais e sintomas de artrite incluem dor, edema, rigidez articular e impotência funcional, que surgem em diferentes graus.

Artrite reumatóide. *Patologia Clínica – Doença Reumatológica*

Doença autoimune caracterizada pelo atingimento multissistémico, de predomínio articular, de inflamação crónica. Embora o órgão-alvo mais atingido seja a sinovial articular, com a evolução normal da doença a causar destruição articular e anquilose (fusão articular), a artrite reumatóide pode causar inflamação nos pulmões, pleura, pericárdio, ou nos olhos.

Artropatia. *Patologia Clínica – Doença Reumatológica*

Termo que designa doença das articulações.

Artrose. *Patologia Clínica – Doença Reumatológica*

Doença caracterizada pela degeneração da cartilagem de uma ou mais articulações e do osso subjacente, com crescimento ósseo concomitante. Trata-se de uma doença degenerativa, com início em idades superiores a 40 anos, e cujos sintomas principais são a dor e a rigidez articular, com impotência funcional associada.

As articulações mais frequentemente afetadas são os joelhos, coxo-femorais (ancas), mãos e coluna vertebral.

Asma. *Patologia Clínica – Doença Respiratória*

Doença respiratória crónica caracterizada por episódios recorrentes e característicos de dispneia (falta de ar) e sibilos. A doença é causada pela inflamação dos brônquios que provoca obstrução à passagem do ar para os alvéolos pulmonares.

Aterosclerose. *Patologia Clínica – Doença Cardiovascular*

Doença em que aparecem placas ateroscleróticas na parede interior das artérias, constituídas essencialmente por colesterol, gordura e cálcio, provocando obstrução progressiva à passagem de sangue arterial.

Atopia. *Patologia Clínica – Alergias*

Predisposição genética para desenvolver alergias mais facilmente do que a população em geral, devido a uma hipersensibilidade aos alérgenos.

Atrofia muscular. *Patologia Clínica – Outros*

Redução da massa muscular de dois tipos principais: o primeiro por falta de uso do músculo, por inatividade, sedentarismo, doente acamado; o segundo, o neurológico, degenera em esclerose amiotrófica facial, miastenia.

Azia. *Patologia Clínica – Doença Gastrointestinal*

Também designada por pirose, é a sensação de ardor ou queimadura, na face anterior do tórax ou epigastro. Pode ser sintoma da doença de refluxo gastro-esofágico ou de esofagite, e é causada pela ação do suco gástrico na mucosa esofágica.

Balneário termal. *Organização Termal*

Ver Estabelecimento termal.

Balneoterapia. *Hidrologia Médica e Técnicas Termais*

Entende-se por balneoterapia não só o tratamento com banhos em geral, mas também todas as práticas terapêuticas nos balneários termais.

Banho de imersão. *Hidrologia Médica e Técnicas Termais*

A imersão simples é efetuada em banheira com água mineral natural sem qualquer modificação química ou física para além da temperatura. Administra-se entre 36°C e 42°C por um período de tempo de tempo entre os 10 e os 20 minutos. Pretende-se neste tratamento a absorção percutânea dos elementos químicos na água.

Banho turco. *Hidrologia Médica e Técnicas Termais*

Consiste numa série de salas, normalmente três, com diferentes temperaturas ambientais, sempre crescentes, em que a atmosfera está saturada de vapor de água, sendo que na divisão mais quente a temperatura atinge um máximo de 40°C a 45°C. O banho turco compreende cinco fases:

- 1 - O aquecimento (esta fase não deve exceder os 20 minutos);
- 2 - A massagem;
- 3 - A esfoliação das camadas externas da pele;
- 4 - O banho de limpeza;
- 5 - O relaxamento.

O banho turco estimula o sistema imunitário, aumenta o fluxo sanguíneo à pele, acelera o metabolismo, acelera a circulação sanguínea, relaxa os músculos e elimina as dores

musculares, desintoxica o organismo e contribui para a redução de gorduras. **Está indicado** para alergias, bronquites, sinusites, reumatismo, obesidade e esgotamento físico e mental.

Banhos. *Hidrologia Médica e Técnicas Termais*

Imersão, total ou parcial, do corpo ou parte dele, em água termal.

Banhos alternos. *Hidrologia Médica e Técnicas Termais*

Imersão, total ou parcial, do corpo ou parte dele, em água termal. O efeito dos banhos alternos fundamenta-se no intercâmbio repetido de estímulos prolongados de calor e breves de frio.

- Aplicação de calor: 39°C, durante 3 minutos.
- Aplicação de frio: 15°C, durante 30 segundos.
- No calor há relaxamento das fibras musculares, logo provoca vasodilatação.
- No frio, há contração das fibras musculares (lisas das paredes dos vasos sanguíneos) logo provoca vasoconstrição. Produz-se assim uma espécie de ginástica vascular, que está indicada para os problemas circulatórios.

Indicações: afeções do aparelho locomotor; afeções metabólico-endócrinas; afeções nefrourinárias; afeções dermatológicas; afeções das vias respiratórias e ORL; doenças nervosas; afeções hepato-digestivas; serviços de bem-estar termal.

Banhos medicinais. *Hidrologia Médica e Técnicas Termais*

Banhos nos quais são adicionados à água aditivos à base de substâncias vegetais, minerais ou químicas, registrados como medicina.

Bertholaix. *Hidrologia Médica e Técnicas Termais*

Consiste na pulverização de vapor termal, veiculado por uma corrente de ar quente (entre 36°C e 42°C) dirigido aos ombros, ancas e coluna vertebral durante 10 minutos, estando o corpo na posição de sentado. O aquecimento cutâneo provoca uma vasodilatação imediata, favorecendo o alívio das dores com propriedades anti-inflamatórias para além de promover um efeito relaxante e de bem-estar.

Broncospasmo. *Patologia Clínica – Doença Respiratória*

Constricção de brônquios e bronquíolos, que se manifesta clinicamente por sibilos, tosse, dispneia (sensação de falta de ar) e sinais de dificuldade respiratória.

Bronquite. *Patologia Clínica – Doença Respiratória*

Inflamação dos brônquios. Surge de forma aguda em contexto de infeção respiratória ou como bronquite crónica, sobretudo incluída na doença pulmonar obstrutiva crónica.

Cartilagem articular. *Patologia Clínica – Outros*

Estrutura que recobre a superfície dos ossos que compõem uma articulação.

Cefaleia. *Patologia Clínica – Doença Neurológica*

Designa a dor de cabeça.

Cervicalgia. *Patologia Clínica – Doença Reumatológica*

Designa a dor do pescoço, geralmente referida nas faces posterior e laterais do pescoço.

Cicatrização. *Patologia Clínica – Outros*

Cascata de eventos e processos celulares e moleculares que são desencadeados quando existe lesão tecidular e que têm como resultado a reconstituição morfológica e funcional dos tecidos. Apesar do termo “cicatrizar” ser geralmente associado a feridas na pele e tecidos moles, todos os tecidos humanos podem passar por um processo de cicatrização.

Cinebalneoterapia. *Hidrologia Médica e Técnicas Termais*

Utilização da água como meio facilitador da reabilitação. Implica a imersão corporal total ou parcial. Baseia-se no aproveitamento dos efeitos térmicos, hidrostáticos e hidrodinâmicos da água na facilitação do movimento.

A cinebalneoterapia **está indicada** em diversas patologias do foro ortotraumatológico (incluindo traumatologia desportiva), reumatológico e neurológico, entre outras.

Colite. *Patologia Clínica – Doença Gastrointestinal*

Termo genérico que designa inflamação do intestino grosso. Pode surgir de forma aguda, em contexto de infeções, após tratamentos antibióticos, ou por isquemia (falta

de sangue arterial); e de forma crónica, como acontece na colite ulcerosa ou em algumas infeções crónicas.

Cólon irritável. *Patologia Clínica – Doença Gastrointestinal*

Também designado síndrome do cólon irritável, é uma doença funcional intestinal caracterizada por dor ou desconforto abdominal associado a alteração do hábito intestinal e com uma duração igual ou superior a três meses.

Coluna. *Patologia Clínica – Outros*

Estrutura constituída por 24 vértebras, pelo osso sacro, pelo cóccix e por tecido conjuntivo que se estende desde a base do crânio até à pélvis. Está dividida em quatro regiões anatómicas: cervical, torácica ou dorsal, lombar e sacro-coccígea.

Concessionário. *Organização Termal*

A entidade a quem foi atribuída a concessão da exploração da água mineral natural nos termos da legislação em vigor.

Congestão pélvica. *Patologia Clínica – Outros*

Também designada por síndrome de congestão pélvica, é uma das causas de dor pélvica crónica nas mulheres em idade reprodutiva ativa, estando associada a dilatação crónica das veias pélvicas.

Crenoterapia. *Hidrologia Médica e Técnicas Termais*

Ver Técnicas crenoterápicas.

A utilização das águas minerais naturais como tratamento/prevenção de determinadas patologias denomina-se Crenoterapia. Os efeitos que ditam as suas propriedades terapêuticas podem ser classificados em Físicos, Químicos, Biológicos e Psicológicos. Dentro dos princípios Físicos podemos considerar os Hidrostáticos (Impulsão e Pressão Hidrostática), Hidrodinâmicos e os Térmicos. As águas minerais naturais exercem pois a sua ação curativa através do seu efeito térmico, mecânico e físico-químico. Durante o tratamento crenoterápico há absorção das substâncias químicas dissolvidas ou ionizadas presentes nas águas minerais naturais, as quais têm uma ação benéfica sobre o organismo. A composição química definida e constante de uma água mineral natural confere-lhe propriedades particulares. Assim, as diferentes

composições químicas diversificam as diferentes patologias a tratar e conferem especialização aos balneários ou estabelecimentos termais. Ao usar uma água mineral natural num tratamento termal não se podem dissociar as ações hidroterapêuticas das crenoterapêuticas.

Crise termal. *Patologia Clínica - Outros*

É uma fase de agravamento da doença ou dos sintomas, por um período limitado de tempo que tanto pode afetar o estado geral do doente como a própria doença. Pode iniciar-se ao fim de 5 a 6 dias de tratamento e desaparece gradualmente na 2ª semana. No entanto pode ser tão intensa que obrigue à interrupção do tratamento.

Cura Hidropínica/Ingestão de água. *Hidrologia Médica e Técnicas Termas*

Ver Hidropínia.

Ingestão de água com periodicidade e dose (ritmo) determinado pelo médico.

Indicações: afeções hepato-digestivas; doenças metabólico-endócrinas; afeções nefrourinárias; doenças cardiovasculares (hipertensão arterial); anemias ferropénicas.

Depósitos minerais. *Hidrogeologia*

Todas as ocorrências minerais existentes em território nacional e nos fundos marinhos da zona económica exclusiva que, pela sua raridade, alto valor específico ou importância na aplicação em processos industriais das substâncias nelas contidas, se apresentam com especial interesse para a economia nacional.

Depressão Patologia. *Clínica – Doença Psiquiátrica*

Presença de sentimento de tristeza que se prolonga no tempo e interfere nas atividades de vida diária. Existem várias formas de doença depressiva:

- 1 - **Depressão Major:** combinação de sintomas que interferem com a capacidade de trabalho e de divertimento, alteram o sono e apetite, impedindo o normal desempenho das tarefas de vida diária.
- 2 - **Depressão Minor:** sintomas que não cumprem critérios de depressão major e que se mantêm por mais de duas semanas.
- 3 - **Distímia:** sintomas presentes durante dois ou mais anos, com menor gravidade, mas que podem impedir o normal desempenho de funções diárias ou o sentimento de bem-estar.

4 - **Outros:** formas de depressão que ocorrem em circunstâncias específicas: depressão pós-parto, depressão afetiva sazonal, depressão psicótica.

Dermatite. *Patologia Clínica – Doença de Pele*

Termo genérico que designa inflamação da pele e que, independentemente da etiologia, se manifesta por prurido, eritema (“vermelhidão”) e edema da pele.

Dermatite seborreica. *Patologia Clínica – Doença de Pele*

Doença da pele caracterizada por eritema, descamação oleosa e prurido da pele ao nível do couro cabeludo, face e alguns outros segmentos.

Dermatose *Patologia Clínica – Doença de Pele*

Termo genérico que designa todas as doenças de pele. As dermatoses de origem inflamatória são designadas dermatites.

Diabetes *Patologia Clínica – Doença Metabólica*

Doença metabólica definida pela presença de hiperglicemia (valor de glicose elevado no sangue). Origina lesão microvascular (retinopatia, nefropatia e neuropatia) e macrovascular (cardiopatia isquémica, doença cerebrovascular e doença vascular periférica) que caracterizam a sua apresentação clínica.

Diarreia. *Patologia Clínica – Doença Gastrointestinal*

Eliminação de fezes líquidas ou semilíquidas em três ou mais vezes por dia.

Diatermia. *Hidrologia Médica e Técnicas Termiais*

Ver Electroterapia.

Diretor clínico. *Organização Termal*

Os estabelecimentos termiais só podem funcionar sob a direção clínica de um médico com a competência de Hidrologia Médica reconhecida pela Ordem dos Médicos. O diretor clínico assume a responsabilidade clínica do estabelecimento termal, o que implica presença física que garanta a qualidade dos cuidados de saúde dispensados. É da responsabilidade do diretor clínico zelar pela qualidade dos tratamentos termiais e

cuidados clínicos a prestar, bem como pelo cumprimento das normas ético-deontológicas pelo corpo clínico.

Diretor técnico da exploração. *Organização Termal*

É o responsável pela definição das estratégias e políticas de desenvolvimento, que, num dado estágio da exploração, são julgadas suficientes para o aproveitamento racional e económica do recurso. Neste âmbito assegura a contínua disponibilidade de recurso, incumbindo-lhe:

- 1 - estabelecer e coordenar programas de prospeção e pesquisa que deem resposta às necessidades de exploração dos recursos;
- 2 - definir e zelar pelo cumprimento das condições qualitativas e quantitativas de exploração das captações;
- 3 - parametrizar programas e sistemas de monitorização que permitam um cada vez maior conhecimento das condições de exploração das captações e dos sistemas aquíferos;
- 4 - fazer o acompanhamento de todas as atividades desenvolvidas dentro das áreas de concessão e dos perímetros de proteção que possam colocar em risco as explorações ativas e as de reserva;
- 5 - promover a maior eficácia no aproveitamento dos recursos;
- 6 - assegurar a adequada relação com as Instituições Públicas reguladoras da atividade associada às concessões.

Discinesia biliar. *Patologia Clínica – Doença da Vesícula Biliar*

Doença funcional das vias biliares caracterizada por sintomas crónicos de cólica biliar, uma fração de ejeção da vesícula biliar anormal e ausência de litíase biliar (cálculos biliares), por diminuição da capacidade de esvaziamento da vesícula biliar. Também conhecida por vesícula preguiçosa. Provoca má digestão, dores de cabeça, náusea, cólicas, vómitos etc.

Dispneia. *Patologia Clínica – Doença Respiratória*

Sensação de falta de ar ou dificuldade em respirar.

Diurético. *Patologia Clínica – Outros*

Qualquer substância que aumenta a produção de urina.

Diverticulite. *Patologia Clínica – Doença Gastrointestinal*

Termo que se refere à inflamação de um ou mais divertículos, pequenas bolsas da parede do cólon. A diverticulite pode ser aguda ou crónica e a apresentação clínica depende da localização e gravidade do processo inflamatório e pode incluir dor abdominal, diarreia, obstipação, flatulência, náuseas e vômitos, ou febre e sangue nas fezes.

Dor crónica. *Patologia Clínica – Outros*

Dor contínua por um período inferior a 12 semanas ou que se mantém além do processo de cicatrização, nos casos de trauma e cirurgia.

Doença pulmonar obstrutiva crónica (DPOC). *Patologia Clínica – Doença Respiratória*

Doença respiratória que envolve as vias aéreas e é caracterizada pela limitação progressiva do fluxo de ar nas mesmas, associada à exacerbação da resposta inflamatória a partículas ou gases irritantes. A definição atual inclui vários sub-tipos de DPOC, nomeadamente a bronquite crónica, a asma e o enfisema pulmonar.

Drenagem de Proetz. *Hidrologia Médica e Técnicas Termais*

Consiste em levar a água termal isotonzada ao contacto com a mucosa dos seios perinasais. Aplica-se através de um aspirador ou de uma pêra pela narina. Em seguida é feita a aspiração da água e das secreções.

Está indicado para o tratamento de sinusites.

Duche circular. *Hidrologia Médica e Técnicas Termais*

É um duche em que é projetado em toda a altura do corpo, em pé, em todas as suas faces, finos jatos de água multidirecionais e difusos a baixa pressão, vindos de uma sucessão vertical de tubos perfurados dispostos em círculo. Este tipo de duche é utilizado para favorecer uma melhor apreciação do esquema corporal sendo também utilizado como método de aquecimento do organismo antes de outros tratamentos. É aplicado por um período de tempo de 7 minutos, estando a água a uma temperatura de 38°C. Promove a ativação da circulação sanguínea e tonifica o organismo.

Duche d' Aix. *Hidrologia Médica e Técnicas Termais*

Ver Duche Massagem.

Procedimento semelhante ao Duche Massagem mas no qual a massagem é localizada, executada numa grande articulação, existindo um crivo que é dirigido especificamente à articulação a ser massajada, de forma a tratar um problema específico e provocar um relaxamento localizado mais profundo. É realizado através de um crivo que debita água termal quente.

Duche de jacto. *Hidrologia Médica e Técnicas Termiais*

É um duche direcionado para pontos específicos que pode ser geral ou parcial, direto ou tamizado. Aplica-se por um período de tempo que varia entre os 3 e os 5 minutos com uma pressão de 1,5 a 2 atmosferas relativas (o que corresponde a um jacto com 5 a 7 metros de comprimento) e a uma temperatura. Varia entre os 37°C e os 42°C. Provoca um aumento de tonicidade muscular e é estimulante.

Duche de leque. *Hidrologia Médica e Técnicas Termiais*

É um duche que se aplica com uma ponteira em leque, o que permite que a pressão seja quase nula. Tem efeitos sedativos.

Duche faríngeo filiforme. *Hidrologia Médica e Técnicas Termiais*

Destina-se a levar água termal a uma temperatura de 38°C a 40°C ao contacto da faringe ou das amígdalas, sob controlo visual e pressão determinada e regulável pelo médico. A água é projetada por uma pistola. O jacto deve ser breve, preciso e de duração variável, conforme a tolerância do doente, havendo um período de repouso entre cada projecção. No total o tratamento leva aproximadamente 3 minutos.

Está indicado no tratamento das amigdalites e faringites.

Duche massagem. *Hidrologia Médica e Técnicas Termiais*

Ver Duche d'Aix.

Também denominado Duche Vichy ou Duche tipo Vichy. Consiste na manipulação dos tecidos moles com finalidade terapêutica, mediante estiramentos, amassamentos, estimulação, tonificação, etc, sob duches de água mineral natural podendo utilizar-se um veículo de massagem. Aplica-se com a temperatura da água a 38°C por um período de tempo variável consoante a região que se queira tratar podendo ultrapassar os 30 minutos se se tratar de uma massagem geral. Exerce uma ação superficial sedante e

antiálgica (alívio da dor), ao mesmo tempo que ativa a circulação sanguínea, produzindo uma descontração muscular e um relaxamento profundo.

Indicações: afeções do aparelho locomotor; afeções dermatológicas; afeções das vias respiratórias e ORL; doenças nervosas; afeções hepato-digestivas; serviços de bem-estar termal.

Duche sub-aquático. *Hidrologia Médica e Técnicas Termais*

Hidromassagem manual sub-aquática que aplica um jacto ou um crivo, sobre uma região ou uma articulação. Tem o efeito descontracturante e mobilizador de edemas, ativando localmente a circulação. O efeito deste duche distingue-se do duche sobre pressão, quer pelo facto de haver um relaxamento provocado pela posição deitada do doente, quer pelo facto de ao redor do centro de pressão se desenvolver uma pressão negativa que efetua uma espécie de massagem por aspiração.

Duches. *Hidrologia Médica e Técnicas Termais*

Os duches de água mineral natural são técnicas que consistem na projeção de um ou mais jatos de água em direção ao corpo do termalista, com uma temperatura e pressão determinadas e variáveis em função da prescrição médica.

Indicações: afeções do aparelho locomotor; afeções dermatológicas; afeções das vias respiratórias e ORL; afeções do aparelho digestivo; patologia renal; doenças nervosas; serviços de bem-estar termal.

Eczema. *Patologia Clínica – Doença de Pele*

Termo que se refere a inflamação da pele, geralmente usado coloquialmente para definir dermatite atópica. Caracteriza-se por eritema, edema, pápulas e lesões vesiculares, com prurido e ardor associados. Além da dermatite atópica, existem outros tipos de eczema: eczema de contacto (reação localizada após contacto com alérgeneo ou irritante), eczema seborreico (inflamação cutânea de causa desconhecida atingindo essencialmente o couro cabeludo e a face), eczema numular (lesões em “moeda” comuns na região dorsal, braços e membros inferiores), neurodermatite, dermatite de estase (relacionada com problemas circulatórios) e eczema desidrótico (lesões flictenosas pruriginosas e com sensação de ardor nas palmas da mão e plantas dos pés).

Edema. *Patologia Clínica – Outros*

Termo médico que designa retenção de fluidos no organismo. A acumulação de líquidos nos tecidos provoca “inchaço”.

Elemento vestigiário. *Hidrogeologia*

Constituintes que existem em pequenas quantidades na água.

Eletroterapia. *Hidrologia Médica e Técnicas Termais*

Utilização de correntes elétricas para fins terapêuticos. Os principais equipamentos são: infravermelhos, ultravioletas, ondas curtas, alta-frequência, ultrassons, galvânicas, farádicas e laser. A eletroterapia tem sido utilizada no tratamento de patologias osteoarticulares, musculares, digestivas, aproveitando as suas propriedades térmicas e vibratórias.

Emanatório. *Hidrologia Médica e Técnicas Termais*

Nebulização realizada numa câmara onde o vapor resulta da projeção de água termal, ou da libertação natural de vapores ou emanações da água termal. Pode ser efetuado individual ou coletivamente.

Indicações: afeções do aparelho locomotor; afeções dermatológicas; afeções das vias respiratórias e ORL; doenças nervosas; serviços de bem-estar termal.

Emanatório seco. *Hidrologia Médica e Técnicas Termais*

Utilização respiratória de gases libertados pelas águas minerais naturais em compartimentos coletivos.

Enteroclise. *Hidrologia Médica e Técnicas termais*

Administração de água mineral natural no intestino grosso, através de cânula rectal, à temperatura de 36o C e nas dosagens médias de 500 ml + 500 a 1000 ml.

Enterocolite. *Patologia Clínica – Doença Gastrointestinal*

Inflamação do aparelho digestivo que atinge segmentos de intestino delgado (enterite) e grosso (colite) simultaneamente.

Enxaqueca. *Patologia Clínica – Doença Neurológica*

Cefaleia caracterizada por uma dor latejante, hemilateral, de intensidade moderada a grave e que obriga à redução das atividades de vida diária, com agravamento após atividade física.

Eritema. *Patologia Clínica – Doença de Pele*

Lesão cutânea caracterizada por coloração “avermelhada” da pele.

Escherichia Coli. *Patologia Clínica – Doença Infeciosa*

Espécie de *Enterobacteriaceae* que se encontram no cólon humano, ou que podem ser agentes contaminantes de aquíferos, instalações balneares ou produtos alimentares. Habitualmente inócuas. Alguns serotipos podem ser responsáveis por quadros de intoxicação alimentar e gastroenterites, infeções urinárias e, menos frequentemente, pneumonia, síndrome hemolíticourémica, peritonite ou sepsis.

Espondilartrose. *Patologia Clínica – Doença Reumatológica*

Termo médico genérico que se refere ao processo degenerativo que afeta os discos intervertebrais e as facetas articulares dos vários segmentos da coluna vertebral.

Espondilite anquilosante. *Patologia Clínica – Doença Reumatológica*

Forma de artrite que afeta primariamente a coluna vertebral, sobretudo as articulações sacroilíacas, podendo ter envolvimento articular periférico simultâneo (nas articulações do ombro, coxo-femorais, tíbiotársicas, pequenas articulações dos pés e mãos), além de inflamação ocular (uveíte) ou envolvimento cardíaco ou pulmonar. Nos casos mais avançados, a inflamação conduz à formação de osso nas articulações vertebrais, resultando na fusão da coluna em posição de reduzida mobilidade, caracteristicamente em “ponto de interrogação”.

Espondilose. *Patologia Clínica – Doença Reumatológica*

Termo utilizado na linguagem comum para designar espondilartroses, referindo-se ao processo degenerativo que afeta os discos intervertebrais e as facetas articulares dos vários segmentos da coluna vertebral.

Estabelecimento termal ou Balneário termal. *Organização Termal*

Unidade prestadora de cuidados de saúde na qual se realiza o aproveitamento das propriedades terapêuticas de uma água mineral natural para fins de prevenção da doença, terapêutica, reabilitação e manutenção da saúde, podendo, ainda, praticar-se técnicas complementares e coadjuvantes daqueles fins, bem como serviços de bem-estar termal.

O estabelecimento termal presta os seguintes tipos de serviços:

- 1 - Serviços fundamentais que são prestados mediante técnicas termais para fins de prevenção de doenças, terapêuticos, de reabilitação e de manutenção da saúde;
- 2 - Serviços complementares que utilizam técnicas complementares e que contribuem para o aumento da eficácia dos serviços fundamentais;
- 3 - Serviços acrescentados ou colaterais que são independentes dos serviços fundamentais e complementares ministrados, integrando os serviços de bem-estar termal que, pelas características próprias do estabelecimento termal e zona envolvente, podem ser ministrados com recurso à utilização da água mineral natural e técnicas termais.

Estância termal. *Organização Termal*

Área geográfica devidamente ordenada na qual se verifica uma ou mais emergências de água mineral natural exploradas por um ou mais estabelecimentos termais, bem como as condições ambientais e infraestruturas necessárias à instalação de empreendimentos turísticos e à satisfação das necessidades de cultura, recreio, lazer ativo, recuperação física e psíquica assegurada pelos adequados serviços de animação.

Estufa húmida. *Hidrologia Médica e Técnicas Termais*

É uma técnica hidrotermoterapêutica baseada na permanência do termalista dentro de uma sala com uma humidade relativa elevada e temperatura normalmente não superior a 42oC.

Indicações: afeções do aparelho locomotor; afeções dermatológicas; afeções das vias respiratórias e ORL; doenças nervosas; serviços de bem-estar termal.

Exsudado. *Patologia Clínica – Outros*

Fluido filtrado a partir do sistema circulatório para áreas de inflamação ou lesões tecidulares, composto por água, proteínas plasmáticas, componentes celulares do

sangue (plaquetas, eritrócitos, leucócitos). O exsudado pode ter um aspeto transparente ou tipo pus, dependendo da composição.

Fadiga. *Patologia Clínica – Outros*

Sensação opressiva e sustentada de exaustão e de capacidade diminuída para realizar trabalho físico e mental no nível habitual. A síndrome de fadiga crónica é uma doença caracterizada por fadiga persistente durante, pelo menos, seis meses, não relacionada com esforço físico, doenças coexistentes e sem alívio com o repouso, que se pode acompanhar por outros sintomas como mal-estar após esforço, sono não reparador, dores musculares e articulares ou cefaleias.

Faringite. *Patologia Clínica – Doença Respiratória*

Inflamação, geralmente de causa infecciosa, da faringe e/ou amígdalas.

Fibromialgia. *Patologia Clínica – Doença Reumatológica*

Doença caracterizada por dores musculares generalizadas, associadas a sintomas como fadiga, perturbações do sono, rigidez matinal, câibras e fadiga muscular, alterações digestivas, cefaleias, alterações do equilíbrio ou prurido cutâneo.

Flatulência. *Patologia Clínica – Doença Gastrointestinal*

Excesso de gases no estômago ou intestinos.

Fonte. *Hidrogeologia*

Ponto de emergência natural de água subterrânea. Representam descargas naturais dos aquíferos. Podem ser utilizadas para consumo humano, industrial, rega e aplicação termal.

Gargarejo. *Hidrologia Médica e Técnicas Termais*

Consiste em imprimir à água um movimento vibratório por emissão vocal, promovendo uma remoção das mucosidades e uma lavagem em superfície da mucosa que fica preparada para os tratamentos seguintes.

Está indicado no tratamento das faringites.

Gastrite. *Patologia Clínica – Doença Gastrointestinal*

Inflamação, irritação ou erosão da superfície do estômago, que pode ocorrer de forma súbita (aguda) ou insidiosa (crónica), com sintomas variados, nomeadamente náuseas, dor abdominal, vômitos ou anorexia.

Geohidrologista. *Hidrogeologia.*

Ver Hidrogeólogo

Geologia Médica. *Hidrogeologia*

Ramo das Geociências que estuda efeitos para a saúde humana, animal e vegetal, com ênfase na qualidade da água. Estuda os efeitos dos produtos e processos geológicos, como o excesso ou deficiência de determinados elementos químicos e a sua consequência na saúde humana, animal e vegetal.

Geomedicina. *Hidrogeologia*

Ver Geologia Médica

Gonalgia. *Patologia Clínica – Doença Reumatológica*

Dor no joelho.

Gota. *Patologia Clínica – Doença Reumatológica*

Doença reumatológica que resulta do depósito de cristais de ácido úrico nos tecidos e fluidos do organismo, causado por excesso de produção de ácido úrico ou redução da excreção. Os episódios de gota aguda caracterizam-se por edema, rubor e calor na articulação envolvida, associados a dor geralmente intensa. A evolução para gota crónica é determinada pelo desenvolvimento de artrite crónica e de tofos gotosos (acumulação de cristais de urato articular ou em tecidos moles).

Gota-a-gota rectal. *Hidrologia Médica e Técnicas termais*

Administração de água mineral natural no intestino grosso, através de cânula rectal, à temperatura de 36o C. e nas dosagens médias de 300 ml, em regime de gota-a-gota.

Hammam. *Hidrologia Médica e Técnicas Termais*

Ver Banho turco.

Hemorroidas. *Patologia Clínica – Doença Venosa*

Dilatação das veias hemorroidárias.

Hérnia Discal. *Patologia Clínica – Doença Reumatológica*

Projeção de parte central do disco intravertebral (núcleo pulposos) para além dos limites normais do corpo vertebral. Pode haver hérnia discal em qualquer parte da coluna vertebral.

Hérnia do Hiato. *Patologia Clínica – Doença Gastrointestinal*

Deslizamento de uma parte do estômago para a cavidade torácica através do hiato esofágico. O hiato esofágico corresponde a uma zona frágil do diafragma, na zona de passagem do esôfago do tórax para o abdómen. Na hérnia do hiato, este espaço está alargado permitindo a passagem de parte do estômago.

Herpes *Patologia Clínica - Doença de pele*

Virose cutânea com formação de vesículas ao longo de trajecto de nervos.

Hidratação. *Hidrologia Médica e Técnicas Termiais*

Teor de água no organismo.

Hidrocinestoterapia. *Hidrologia Médica e Técnicas Termiais*

Utilização terapêutica das propriedades físicas da água para a mobilização dentro de água. A hidrocinestoterapia compreende a cinebalneoterapia (utilização da água como meio facilitador da reabilitação) e a hidromassagem (massagem realizada através da projeção de água contra a superfície corporal). A cinebalneoterapia, que implica a imersão corporal total ou segmentar, baseia-se no aproveitamento dos efeitos térmicos, hidrostáticos e hidrodinâmicos da água.

Hidrogeologia. *Hidrogeologia*

Domínio da hidrologia que estuda a circulação, armazenamento e distribuição das águas terrestres na zona saturada das formações geológicas, tendo em conta as suas propriedades físicas e químicas, interações com o meio físico e biológico e suas reações à ação do Homem.

Hidrogeólogo. *Hidrogeologia*

Pessoa que se ocupa do estudo da Hidrogeologia.

Hidrologia. *Hidrogeologia*

Ciência que estuda as águas superficiais e subterrâneas, a sua formação, circulação e distribuição tanto no tempo como no espaço, bem como as suas propriedades biológicas, químicas e físicas e as interações com o seu ambiente, incluindo a sua relação com os seres vivos.

Hidrologia Médica. *Hidrologia Médica e Técnicas Termais*

Ciência que se dedica ao estudo dos diferentes tipos de águas minerais naturais e das suas características numa perspetiva terapêutica e/ou preventiva, reconhecendo os seus benefícios sobre o ser humano, estudando também a aplicação das águas minerais naturais para fins terapêuticos.

Hidromassagem. *Hidrologia Médica e Técnicas Termais*

Massagem realizada através da projeção de água sobre a superfície corporal. Pode ser aplicada sob a forma de jatos subaquáticos ou sob a forma de duches. Os efeitos dos jatos subaquáticos variam consoante a temperatura (30 a 38°C) e a pressão (2 a 4 kg/cm²). A hidromassagem promove analgesia, relaxamento muscular, vasodilatação e favorece a drenagem linfática e venosa.

Hidropínia. *Hidrologia Médica e Técnicas Termais*

Ver Cura Hidropínica/ Ingestão de água.

Hidroterapia. *Hidrologia Médica e Técnicas Termais*

É o uso da água em qualquer das suas formas, sólida, líquida ou gasosa, utilizada externa ou internamente, a temperatura e pressão variáveis, na prevenção e tratamento.

Hipertensão arterial (HTA). *Patologia Clínica – Doença Cardiovascular*

Aumento da pressão arterial sanguínea. Considera-se hipertensão arterial (HTA) valores de pressão sistólica iguais ou superiores a 140 mm Hg e/ou valores de pressão diastólica iguais ou superiores a 90 mm Hg.

Hipertiroidismo. *Patologia Clínica – Doença Metabólica*

Patologia provocada pela síntese e secreção aumentadas de hormonas tiroideias. Clinicamente caracteriza-se por perda de peso, ansiedade, taquicardia, osteoporose, fibrilhação auricular, fenómenos embólicos.

Hiperuricemia. *Patologia Clínica – Doença Metabólica*

Valores séricos de ácido úrico aumentados, mais de 6 mg/ dl para as mulheres e mais de 6,8 mg/ dl para os homens. É causada por aumento da produção de ácido úrico ou por diminuição da sua excreção renal. Clinicamente pode ser assintomática ou manifestar-se sob a forma de gota e/ou nefrolitíase (cálculos renais de ácido úrico).

Hipotiroidismo. *Patologia Clínica – Doença Metabólica*

Patologia provocada pela síntese e secreção insuficiente de hormonas tiroideias. A causa mais comum é o défice de iodo. Os sintomas mais frequentes incluem pele seca, sensibilidade ao frio, fadiga, câibras, alterações da voz e obstipação, arritmia e coma (coma mixedematoso).

Hipotonia intestinal. *Patologia Clínica – Doença Gastrointestinal*

Atividade/ movimentos intestinais diminuídos resultantes de diminuição de contractilidade do músculo liso da parede intestinal. A hipotonia do cólon é a forma mais frequente desta condição, sobretudo em idosos, levando ao aumento de tempo de trânsito intestinal e, conseqüentemente, obstipação.

Hospital termal. *Organização Termal*

Estabelecimento termal com área de internamento.

Ião. *Hidrogeologia*

Substância resultante da dissociação eletrolítica de composto.

Inaloterapia. *Hidrologia Médica e Técnicas Termais*

Tratamento das vias respiratórias por inalação nasal e/ou oral de gás, vapor ou água termal.

Infeção. *Patologia Clínica – Doença Infecciosa*

Desenvolvimento de microrganismos patogénicos, bactérias ou vírus, no organismo.

Inflamação. *Patologia Clínica – Outros*

Processo complexo de reação do organismo a diferentes tipos de agressão. Os sinais e sintomas clássicos de inflamação são dor, calor, rubor, edema e impotência funcional. O principal objetivo do processo inflamatório é a defesa contra substâncias estranhas, eliminação de tecido morto e compartimentalização ou imobilização de regiões lesionadas.

Insónia. *Patologia Clínica – Doença Neurológica ou Psíquica*

Perturbação do sono que se caracteriza por incapacidade de adormecer ou manter o sono. A insónia pode ser de causa primária ou secundária a outras patologias concomitantes. A insónia pode ter diversos padrões, sendo os principais a insónia inicial, que se caracteriza por dificuldade em adormecer, insónia terminal, que se caracteriza por um despertar precoce e alteração do sono durante a noite com episódios múltiplos de despertar e consequente dificuldade em retomar o sono.

Insuficiência cardíaca. *Patologia Clínica – Doença Cardiovascular*

Incapacidade do coração em satisfazer as necessidades metabólicas dos tecidos, obrigando a tentar compensar à custa de pressões de enchimento. Os principais sinais e sintomas incluem dispneia de esforço, ortopneia, dor torácica, palpitações, fadiga, noctúria ou oligúria, edema dos membros inferiores.

Insuficiência renal. *Patologia Clínica – Doença Renal*

Situação na qual os rins não funcionam adequadamente de modo a proceder à filtração dos produtos do sangue. A insuficiência renal é determinada pela diminuição da taxa de filtração glomerular. O diagnóstico é efetuado através da alteração da ureia e creatinina séricas, podendo cursar com oligúria ou anúria. O aparecimento de proteína na urina pode ser um indicador precoce do sofrimento do rim. Em situações de insuficiência renal assiste-se a um aumento de fluidos que leva a edemas, acidose, hipercaliemia, hiperfosfatémia e redução dos níveis de cálcio. Num estado mais avançado, a doença cursa com anemia, por redução da produção de eritropoietina. A insuficiência renal pode ser aguda, situação que pode, por vezes, ser reversível com tratamento adequado, ou crónica, situação não reversível.

Insuflação tubo – timpânica. *Hidrologia Médica e Técnicas Termais*

Consiste em fazer chegar gás termal às cavidades tubo-timpânicas com a ajuda de uma sonda, por via transnasal, ou de uma oliva, aplicada no vestíbulo nasal.

Está indicada no tratamento de tubo-timpanites, otites.

Irrigação nasal. *Hidrologia Médica e Técnicas Termais*

Consiste na lavagem nasal através da introdução de água termal por uma narina, contornando o septo nasal e saindo pela outra narina, com auxílio da pressão conferida pela gravidade.

Está indicado no tratamento das rinossinusites.

Irrigação retro-nasal. *Hidrologia Médica e Técnicas Termais*

É uma variação da irrigação nasal em que a introdução da água se faz por via posterior.

Jacto. *Hidrologia Médica e Técnicas Termais*

Ver Duche de Jacto

Kneipp. *Hidrologia Médica e Técnicas Termais*

Terapia de Kneipp é um conjunto de técnicas terapêuticas desenvolvido por Sebastian Kneipp. A hidroterapia de Kneipp destaca-se pela diversidade das suas formas de aplicação por meio da água.

Lamas. *Hidrologia Médica e Técnicas Termais*

Ver Pelóides.

Laringite. *Patologia Clínica – Doença Respiratória*

Inflamação da laringe. Geralmente manifesta-se com rouquidão, sensação de ardor e tosse irritativa. Em situações mais graves pode apresentar estridor.

Laxante. *Patologia Clínica - Outros*

Substância utilizada com o objetivo de promover o aumento de trânsito intestinal. Os fármacos laxantes podem ser classificados, de acordo com o seu mecanismo de ação,

de contacto (estimulantes), expansores do volume fecal, osmóticos e emolientes (amolecedores do bolo fecal).

Legionella. *Patologia Clínica – Doença Infeciosa*

Género de bactérias gram negativas pertencentes à família das *legionellaceae* que vivem em ambiente natural. As fontes mais frequentes são as águas das piscinas aquecidas, torres de arrefecimento de ar, circuitos de águas domésticas, duches, chuveiros, filtros de ar condicionado.

Legionella Pneumophila. *Patologia Clínica – Doença Infeciosa*

Espécie de *Legionella* (**ver Legionella**) responsável pela Doença dos Legionários, ou legionelose. Clinicamente, manifesta-se por um quadro grave de pneumonia com complicações nervosa e digestiva.

Lesão traumática. *Patologia Clínica – Outros*

Alteração de um órgão ou tecido provocada por um trauma externo.

Litíase. *Patologia Clínica – Outros*

Termo médico que designa cálculo. Os cálculos podem atingir vários órgãos sendo os mais frequentes os do rim e da vesícula biliar. Os cálculos são classificados consoante a sua localização e o material que os compõem.

Litíase cálcica. *Patologia Clínica – Doença Urinária*

Forma mais frequente de cálculos renais (vulgarmente designados por pedras), e que são constituídos por cálcio e oxalatos, na maioria dos casos, ou cálcio e fosfatos, menos frequentemente. Clinicamente pode ser assintomática ou manifestar-se com cólica renal.

Litíase úrica. *Patologia Clínica – Doença Urinária*

Forma de cálculos renais (vulgarmente designados por pedras) constituídos por ácido úrico, frequentemente associado a hiperuricemia e gota.

Ver Hiperuricemia.

Lombalgia. *Patologia Clínica – Doença Reumatológica*

Dor localizada na zona da coluna lombar.

Lumbago. *Patologia Clínica – Doença Reumatológica*

Dor crónica na coluna lombar.

Luxação. *Patologia Clínica – Doença Reumatológica*

Deslocação, com perda de contacto, da superfície articular.

Manopédiduche. *Hidrologia Médica e Técnicas Termais*

É uma técnica de duche local aplicada às mãos e aos pés.

Massa mineral. *Hidrogeologia*

Rochas e ocorrências minerais não qualificadas legalmente como depósito mineral.

Massagem. *Hidrologia Médica e Técnicas Termais*

Técnica na qual se aplica força ou vibração sobre tecidos macios do corpo, incluindo músculos, tendões, ligamentos, articulações e tecidos conectivos para fins terapêuticos ou relaxantes, como a estimulação da circulação, a mobilidade, a elasticidade ou alívio de dor corporal, proporcionando um relaxamento físico e psicológico.

Massagista. *Organização Termal*

Operador de massagens.

Médico adjunto. *Organização Termal*

Médico com o curso de hidrologia pertencente ao corpo clínico de um estabelecimento termal e que responde diretamente ao Diretor Clínico, podendo substituir este, nas suas ausências e impedimentos.

Médico hidrologista. *Organização Termal*

Médico com competência em Hidrologia Médica.

Mialgia. *Patologia Clínica – Doença Reumatológica*

Dor muscular.

Mineralização. *Hidrogeologia*

Quando referente a uma água, diz respeito à quantidade de elementos químicos em solução.

Miosite. *Patologia Clínica – Doença Reumatológica*

Inflamação de um músculo.

Mucosa. *Patologia Clínica – Outros*

Camada tecidular mais superficial de um órgão oco.

Nascente. *Hidrogeologia*

Local da superfície onde emerge naturalmente uma quantidade apreciável de água subterrânea, representando descargas naturais dos aquíferos que alimentam os cursos de água, podendo ser utilizadas para consumo humano através de obras de captação.

Náusea. *Patologia Clínica – Doença Gastrointestinal*

Sensação de desconforto na zona do estômago associada a urgência de vomitar. É um sintoma não específico podendo estar associada a múltiplas doenças e efeitos adversos de vários fármacos.

Nebulização. *Hidrologia Médica e Técnicas Termais*

Utilização de aerossóis em terapêutica de grupo ou individual.

Está indicada no tratamento de patologias das vias respiratórias superiores e inferiores, em particular, rinossinusite, asma brônquica e doença pulmonar obstrutiva crónica.

Ver vapores.

Nevralgia. *Patologia Clínica – Doença Neurológica*

Dor intensa causada por irritação ou lesão de um nervo.

Nevrite. *Patologia Clínica – Doença Neurológica*

Lesão inflamatória de um nervo, habitualmente um nervo periférico.

Obesidade. *Patologia Clínica – Doenças Metabólicas*

Condição médica caracterizada por excesso de gordura corporal. Considera-se obeso um adulto cujo índice de massa corporal – IMC - (peso (kg)/altura x altura (m)) seja superior a 30 kg/ m². Na criança, a obesidade é classificada em função do percentil, sendo classificada como obesa a criança cujo IMC está acima do percentil 95 para o sexo e idade.

Obstipação. *Patologia Clínica – Doença Gastrointestinal*

Condição médica na qual os movimentos intestinais são infrequentes ou incompletos, levando a dificuldades na defecação. Na maioria dos casos ocorre porque o cólon absorve demasiada água, tornando as fezes secas e duras.

Operador de Balneoterapia. *Organização Termal*

Profissional que aplica técnicas de balneoterapia, conforme prescrição médica.

Osteoartrose. *Patologia Clínica – Doença Reumatológica*

Ver Artrose.

Osteoporose. *Patologia Clínica – Doença Reumatológica*

Doença metabólica óssea caracterizada por redução da massa óssea e deterioração da estrutura do tecido ósseo. Surge tipicamente em mulheres em fase pós-menopáusia e é clinicamente assintomática até ao primeiro episódio de fratura óssea.

Patologia. *Patologia Clínica - Outros*

Ciência que se ocupa do estudo das doenças.

Pelóides. *Hidrologia Médica e Técnicas Termas*

São produtos formados por mistura espontânea ou artificial de uma água mineral natural, da água do mar ou de lago salgado, com uma componente sólida (orgânica ou inorgânica), e que se utilizam com fins terapêuticos na forma de cataplasmas ou de banhos.

Indicações: afeções do aparelho locomotor; afeções dermatológicas; doenças nervosas; serviços de bem-estar termal.

Periartrite. *Patologia Clínica – Doença Reumatológica*

Inflamação dos tecidos que envolvem uma articulação, nomeadamente tendões, bolsas serosas e ligamentos.

Perímetro de proteção. *Organização Termal*

O perímetro de proteção e as respetivas, imediata, intermédia, alargada, são fixadas por portaria dos membros do Governo competentes, sob proposta do concessionário. Esta proposta deverá ser apresentada pelo concessionário na Direcção-Geral, instruída, nomeadamente, com os seguintes elementos:

- a) Estudo hidrogeológico no qual se fundamente;
- b) Planta topográfica, em escala adequada, com a indicação das zonas imediata, intermédia e alargada.

O perímetro de proteção e as respetivas zonas serão suscetíveis de revisão, a requerimento do concessionário ou por iniciativa da Direcção-Geral.

Piodermites. *Patologia Clínica – Doença de Pele*

Infeções da pele causadas por bactérias.

Pipeta de Depierris. *Hidrologia Médica e Técnicas Termas*

Variante da irrigação nasal, que se faz com uma pipeta.

Pirose. *Patologia Clínica – Doença Gastrointestinal*

Ver Azia.

Piscina. *Hidrologia Médica e Técnicas Termas*

Tanque de água para imersão parcial ou geral, individual ou coletiva. Aproveita as propriedades físicas da água tais como a temperatura, pressão hidrostática, resistência hidrodinâmica.

Indicações: afeções do aparelho locomotor; doenças do sistema nervoso; patologia vascular periférica; serviços de bem-estar termal.

Plano de exploração. *Organização Termal*

Documento técnico, aprovado pela entidade de Tutela, que contém:

- a) memória descritiva sobre as características do recurso e captações ativas;
- b) descrição pormenorizada dos processos de exploração;

c) a indicação dos caudais e níveis hidrodinâmicos máximos de exploração por captação ativa.

Pressoterapia. *Hidrologia Médica e Técnicas Termais*

Técnica corporal que utiliza a pressão como meio de drenagem linfática e venosa.

Está indicada em casos de:

- 1 - Insuficiência venosa e problemas circulatórios, como varizes;
- 2 - Drenagem de edemas.

Prospecção e pesquisa. *Hidrogeologia*

Atividades que visam a descoberta e caracterização de águas minerais naturais até à revelação da existência de valor económico.

Pseudomona. *Patologia Clínica – Doença Infeciosa*

Género de bactérias gram negativas aeróbicas patogénicas, pertencentes à família das *Pseudomonadaceae*. Pode dar lugar a infecção multisistémica. Em termalismo, as mais frequentes são as causadas por via inalatória podendo causar pneumonias que em indivíduos imunodeprimidos são de maior gravidade.

Psoríase. *Patologia Clínica – Doença de Pele*

Doença inflamatória crónica e autoimune que se caracteriza pela aceleração do ciclo de crescimento das células da pele. Clinicamente manifesta-se por descamação cutânea exuberante e lesões em placa de inflamação local. As lesões psoriáticas podem aparecer em qualquer região do tegumento, sendo mais comuns nas pálpebras, orelhas, boca e lábios, pregas cutâneas, mãos e pés e unhas.

Pulverização faríngea. *Hidrologia Médica e Técnicas Termais*

Consiste em projetar na parede faríngea, no véu do palato e região amigdalina, um jacto de água termal pulverizada.

Está indicada no tratamento das faringites crónicas.

Queloides. *Patologia Clínica – Outros*

Cicatriz exuberante que surge devido a uma resposta cicatricial exagerada e que ultrapassa os limites de uma lesão cutânea resultante de inflamação, queimadura,

traumatismo ou agressão cirúrgica. Clinicamente manifesta-se como uma lesão tumoral benigna endurecida, rosada, pruriginosa e, por vezes, dolorosa.

Recurso geológico. *Hidrogeologia*

Recursos que, sendo parte constituinte da crosta terrestre, não ocorrem generalizadamente, mas antes se concentram em ocorrências localizadas determinadas pelo condicionalismo geológico do território. Recursos que se integram ou não no domínio público do Estado, com exceção da ocorrência de hidrocarbonetos. Os recursos geológicos que se integram no domínio público do Estado são:

- 1 - Depósitos minerais;
- 2 - Recursos hidrominerais;
- 3 - Recursos geotérmicos.

Por sua vez, não se integram no domínio público do Estado, podendo ser objeto de propriedade privada ou outros direitos reais, os seguintes recursos geológicos:

- 4 - Massas minerais;
- 5 - Águas de nascente.

Recurso geotérmico. *Hidrogeologia*

Fluidos e formações geológicas do subsolo, de temperatura elevada, cujo calor seja suscetível de aproveitamento.

Recurso hidromineral. *Hidrogeologia*

Recursos geológicos que se integram no domínio público do Estado, entendendo-se por recursos hidrominerais:

- 1 - As águas minerais naturais;
- 2 - As águas minero-industriais.

Refluxo gastroesofágico. *Patologia Clínica – Doença Gastrointestinal*

Passagem do conteúdo gástrico para o esófago, na ausência de vômitos. Pode ocorrer a seguir às refeições em obesos e em hérnias do hiato.

Rinite. *Patologia Clínica – Doença Respiratória*

Inflamação da mucosa nasal. Manifesta-se por obstrução nasal, rinorreia e espirros, podendo ser causada por reação a alérgenos ou de causa não alérgica, como a rinite vasomotora ou medicamentosa.

Rinofaringite. *Patologia Clínica – Doença Respiratória*

Inflamação da rinofaringe, ou inflamação do nariz e da faringe. A etiologia infecciosa, bacteriana ou viral, é a mais comum e manifesta-se com febre moderada, secreção nasal (rinorreia) e faríngea e dificuldade respiratória.

Rinossinusite. *Patologia Clínica – Doença Respiratória*

Inflamação da mucosa que reveste a cavidade nasal e seios peri-nasais. As rinossinusites podem classificar-se do seguinte modo:

- 1 - Aguda: com duração até quatro semanas, geralmente decorrente de uma infeção bacteriana ou viral;
- 2 - Sub-aguda: representa a continuação de uma rinossinusite aguda em que não houve a cura da mesma;
- 3 - Recorrente: definida por três ou mais episódios de rinossinusite aguda no ano, com ausência de sintomas entre eles;
- 4 - Crónica: persistência de sinais e sintomas além das 12 semanas;
- 5 - Crónica agudizada – exacerbação dos sintomas nos casos de rinossinusite crónica;
- 6 - Complicada: inflamação que se estende além dos seios peri-nasais, associando-se a complicação local, orbitária, intracraniana ou sistémica.

Sauna. *Hidrologia Médica e Técnicas Termiais*

Câmara individual ou coletiva que utiliza o calor seco.

Serviços de bem-estar termal. *Organização Termal*

Serviços de melhoria da qualidade de vida que, podendo comportar fins de prevenção da doença, estão ligados à estética, beleza e relaxamento e, paralelamente, que são suscetíveis de comportar a aplicação de técnicas termiais, com possibilidade de utilização de água mineral natural, podendo ser prestados no estabelecimento termal ou em área funcional e fisicamente distinta deste.

Sinusite. *Patologia Clínica – Doença Respiratória*

Ver Rinossinusite.

Inflamação da mucosa dos seios peri-nasais que raramente ocorre de forma isolada, tornando-se parte de um contínuo de processo inflamatório da mucosa nasal e dos seios peri-nasais.

Talassoterapia. *Hidrologia Médica e Técnicas Termiais*

Balneoterapia através da utilização dos diversos elementos marinhos (água do mar, algas, lamas, sal, areia, clima) para benefícios terapêuticos e/ ou preventivos.

Tanque Terapêutico. *Hidrologia Médica e Técnicas Termiais*

Tanque de água mineral natural para imersão corporal, parcial ou geral, de utilização individual ou em pequenos grupos, com benefícios terapêuticos.

Indicações: afeções do aparelho locomotor; doenças do sistema nervoso; patologia vascular periférica; afeções dermatológicas.

Ver piscinas.

Técnicas complementares. *Hidrologia Médica e Técnicas Termiais*

Técnicas utilizadas para a promoção da saúde e prevenção da doença, a terapêutica, a reabilitação da saúde e a melhoria da qualidade de vida. São técnicas sem recurso à água mineral natural e que contribuem para o aumento de eficácia dos serviços prestados no estabelecimento termal.

Técnicas termiais. *Hidrologia Médica e Técnicas Termiais*

Modo de utilização de um conjunto de meios que fazem uso de água mineral natural, coadjuvados ou não por técnicas complementares, para fins de prevenção, terapêutica, reabilitação e bem-estar. Podem ser divididas em:

- 1 - Técnicas de administração interna, em que se utilizam especificamente os efeitos dependentes da composição físico-química das águas minerais naturais. Aqui poder-se-ão incluir a ingestão de água ou hidropínia; a injeção de água mineral natural; a administração de água por via coloretal.
- 2 - Técnicas de administração externa, em que, para além das propriedades físico-químicas específicas de cada água mineral natural, se aproveitam também fatores hidromecânicos e hidrotérmicos comuns a toda a hidroterapia. Aqui poder-se-ão

incluir: banhos, duches, vapores, aplicações de contraste, duche massagem, pelóides, técnicas respiratórias, etc.

Técnico de Balneoterapia. *Organização Termal*

Ver Operador de Balneoterapia.

Técnico de Hidrobalneoterapia. *Organização Termal*

Ver Operador de Balneoterapia.

Tendinite. *Patologia Clínica – Doença Reumatológica*

Inflamação de um tendão.

Termalismo. *Hidrologia Médica e Técnicas Termais*

Uso da água mineral natural e outros meios complementares para fins de prevenção, terapêutica, reabilitação ou bem-estar.

Termalista. *Organização Termal*

O utilizador dos meios e serviços disponíveis num estabelecimento termal.

Termas. *Hidrogeologia*

Locais onde emergem uma ou mais águas minerais naturais adequadas à prática de termalismo.

Titular do estabelecimento termal. *Organização Termal*

Entidade a quem foi atribuída a licença de funcionamento de um estabelecimento termal.

Transmineralização. *Hidrogeologia*

Intercâmbio de substâncias entre o organismo e a água do banho.

Tratamento termal. *Hidrologia Médica e Técnicas Termais*

Conjunto de ações terapêuticas indicadas e praticadas a um termalista, sempre sujeitas à compatibilidade com as indicações terapêuticas que foram atribuídas ou reconhecidas à água mineral natural utilizada para esse efeito.

Úlcera péptica. *Patologia Clínica – Doença Gastrointestinal*

Erosão da mucosa duodenal, gástrica ou esofágica.

Úlcera varicosa. *Patologia Clínica – Doença de Pele*

Lesão tecidular necrótica que surge no contexto de insuficiência venosa crónica e é causada por diminuição da oxigenação tecidular.

Varizes. *Patologia Clínica – Doença Venosa*

Dilatações das veias dos membros inferiores.

Watsu. *Hidrologia Médica e Técnicas Termais*

Watsu (Water Shiatsu) é uma técnica de relaxamento e mobilização criada em 1980 por Harold Dull na Califórnia. Em piscina com água a cerca de 34° C, o terapeuta flutua a pessoa enquanto lhe faz alongamentos, massagens e mobilizações articulares num fluxo contínuo de movimentos suaves a um ritmo lento e conectado á respiração.

Está indicado em situações em que se pretende reduzir o tónus muscular seja em doenças neurológicas com hipertonia, seja para permitir uma melhor mobilização articular, seja para alívio do stress.

Xerodermia. *Patologia Clínica – Doença de Pele*

Secura da pele. Pele ressequida a que se associa descamação.

Zona. *Patologia Clínica – Doença de Pele*

Ver Herpes

Referências bibliográficas

Dicionário do Termalismo. (2017). Obtido em 26 de Outubro de 2017, de Termas de Portugal:

<http://www.termasdeportugal.pt/media/4/file/Dicionario/DicionarioDoTermalismo.pdf>



Anexos

Índice Geral

Anexo A.....	III
Lista de Nascentes Termas	V
Anexo B	XXVII
Folder	XXIX
Anexo C	XLVII
Índice de Peças Desenhadas	XLIX

Anexo A

Lista de Nascentes Termais

NASCENTES TERMAIS - ZONA NORTE

Caldas de Monção Monção, Viana do Castelo http://www.termasdemoncao.com	Sulfúrea Sódica
	Doenças Reumáticas e Músculo-Esqueléticas
	Doenças do Aparelho Respiratório
	Técnicas de Imersão: Imersão com água parada, Imersão com Bolha de ar, Hidromassagem, Mobilização em Piscina
	Técnicas de Duche: Duche Vichy com Massagem, Duche Escocês, Duche aix, Duche Circular
Termas do Peso Melgaço, Viana do Castelo http://www.termasdemelgaco.pt	Técnicas de ORL (Inaloterapia): Irrigação nasal, Nebulização, Hidropinia (Ingestão de águas)
	Electroterapia
	Gasocarbónica
	Doenças Reumáticas e Músculo-esqueléticas
	Doenças do Aparelho Digestivo
	Doenças Metabólico-endócrinas
	Doenças do Aparelho Respiratório
	Doenças Ginecológicas
	Técnicas de Imersão: Hidromassagem, Imersão com Bolha de Ar, Aerobanho
	Técnicas de Duche: Duche Subaquático, Duche Vichy com Massagem
	Técnicas de ORL (Inaloterapia): Irrigação, Aerossol, Nebulização, Pulverização faríngea, Hidropinia (Ingestão de águas)
	Clister: Irrigação Vaginal

	Massagens: Massagem manual, Massagem Segmentar.
Caldas de Caldelas	Bicarbonatada Cálcica
Amares, Braga	Doenças do Aparelho Digestivo Doenças Reumáticas e Músculo-esqueléticas Doenças do Aparelho Respiratório
http://www.termasdecaldelas.com	Técnicas de Imersão: Piscina Activa, Hidromassagem, Imersão com Duche Subaquático, Imersão com Água Corrente Técnicas de Vapor: Banho Turco, Vapor à Coluna, Bertholet Coluna, Bertholet Membros (Maniluvio/pedilúvio) Técnicas de Duche: Duche Jacto, Duche Vichy com Massagem, Duche Vichy com Massagem com Óleos Essenciais, Duche Circular, Duche de Agulheta Técnicas de ORL (Inaloterapia): Hidropinia (Ingestão de águas), Inalação Oral ou Nasal, Irrigação Nasal, Nubelizações, Pulverização, Cinesioterapia Respiratória Clisteres: Clister / Enteroclise, Clister com compressa, Gota a Gota, Irrigação Eletroterapia: Ondas Curtas, Alta Frequência Massagem: Massagem Geral Simples/Plus, Massagem Localizada, Massagem Relaxante, Massagem Facial, Massagem Californiana, Massagens com Pedras Quentes, Massagem Corpo Modelante, Massagem Hidratante ou Reafirmante, Reflexologia, Exfoliação, Talassoterapia (Envolvimento em algas, Lamas)

Caldas do Gerês Terras do Bouro, Braga http://www.termasdogeres.pt	Bicarbonatada Sódica
	Doenças do Aparelho Digestivo Doenças Metabólico-endócrinas Doenças do Aparelho Circulatório
	Técnicas de Imersão: Imersão com Bolha de Ar, Imersão com Massagem Subaquática, Hidromassagem, Hidroginástica, Piscina Dinâmica Técnicas de Duche: Duche de Agulheta e Escocês, Duche Circular, Duche Vichy com Massagem Técnicas de Vapor: Banho Turco, Sauna, Calor Húmido Técnicas de ORL (Inaloterapia): Inalação, Nebulização, Hidropinia (Ingestão de águas) Massagem: Massagem Geresiana, Massagem Parcial, Massagem Localizada – Pernas Cansadas, Massagem Geral, Massagem Geral PLUS, Massagem de Relaxamento, Massagem Adelgaçante ou Reafirmante, Massagem Anti-Celulite / Redutora – Barriga ou Coxas, Massagem Anti-Celulite / Redutora, Massagem Pedras Vulcânicas Local/Geral, Massagem Cupido (2 pessoas em simultâneo), Shiatsu - Costas, Shiatsu, Drenagem Linfática, Vacuoterapia Electroterapia: Pressoterapia, Ultra Sons, Diatermia
Caldas de Taipas Guimarães, Braga	Sulfúrea Sódica
	Doenças do Aparelho Respiratório Doenças Reumáticas e Músculo-Esqueléticas Doenças Dermatológicas

<p>http://taipastermal.com</p>	<p>Técnicas de Imersão: Imersão Simples, Hidromassagem, Imersão com Duche Subaquático, Hidroterapia, Circuito Termal</p> <p>Técnicas de Vapor: Estufa de Vapor Mãos e Pés, Duche Vapor Bertholaix</p> <p>Técnicas de Duche: Duche de Agulheta, Duche Vichy com Massagem</p> <p>Técnicas de ORL (Inaloterapia): Aerossol (Sónico), Irrigação Nasal, Nebulização Nasal Faríngea, Pulverização de Pele, Pulverização Faríngea</p> <p>Massagem: Massagem Manual Geral, Talassoterapia (Lamas)</p>
<p>Termas de Entre-os-Rios</p> <p>Penafiel, Porto</p> <p>http://www.inatel.pt/unidhoteleira.aspx?menuid=674</p>	<p>Sulfúrea Sódica</p> <p>Doenças do Aparelho Respiratório</p> <p>Doenças Reumáticas e Músculo-esqueléticas</p> <p>Técnicas de Imersão: Balneoterapia, Imersão com Bolha de Ar</p> <p>Técnicas de Duche: Duche Escocês</p> <p>Técnicas de ORL (Inaloterapia): Aerossóis, Irrigação Nasal, Nebulização, Hidropinia (Ingestão de águas), Gargarejo</p> <p>Electroterapia: Ultra-sons, Infravermelhos</p>
<p>Termas de S. Vicente</p> <p>Penafiel, Porto</p>	<p>Sulfúrea Sódica</p> <p>Doenças do Aparelho Respiratório</p> <p>Doenças Reumáticas e Músculo-esqueléticas</p> <p>Doenças Dermatológicas</p>

http://www.termasdesaovicente.pt	<p>Técnicas de Imersão: Piscina de Recuperação, Imersão Simples, Imersão com Bolha de Ar, Hidromassagem</p> <p>Técnicas de Duche: Duche de Agulheta, Duche de Cachão, Duche Circular, Duche Vichy Geral e Local</p> <p>Técnicas de ORL (Inaloterapia): Irrigação Nasal, Nebulização, Pulverização, Inalação Busal, Inalação Nasal, Aerossol Ultrassónico, Aerossol Monossómico</p> <p>Massagens</p>
<p>Caldas de Saúde</p> <p>Santo Tirso, Porto</p> <p>http://caldasdaude.pt</p>	<p>Sulfúrea Sódica</p> <p>Doenças Reumáticas e Músculo-esqueléticas</p> <p>Doenças do Aparelho Respiratório</p> <p>Técnicas de Imersão: Aerobanho, Hidromassagem em piscina/banheira, Hidroginástica</p> <p>Técnicas de Vapor: Vapor à coluna e aos membros</p> <p>Técnicas de Duche: Duche Vichy, Duche de Jacto</p> <p>Técnicas de ORL (Inaloterapia): Duches faríngeos, Drenagens de Pröetz, Insuflações, Gargarejos, Duches nasais, Pulverizações, Nebulizações, Aerossóis</p> <p>Massagens: Massagem Geral, Massagem Regional, Massagem Local, Talassoterapia (Aplicação de Lamas)</p>
<p>Caldas de Chaves</p> <p>Chaves, Vila Real</p> <p>http://www.termasdechaves.com</p>	<p>Bicarbonatada</p> <p>Doenças Reumáticas e Músculo-esqueléticas</p> <p>Doenças do Aparelho Digestivo</p> <p>Doenças do Aparelho Circulatório</p> <p>Doenças do Aparelho Respiratório</p>

	<p>Técnicas de Imersão: Imersão em Banheira (com e sem Hidromassagem), Imersão em Piscina (com e sem Hidromassagem), Imersão em Piscina com Cinesioterapia Individual (com e sem Hidromassagem), Imersão em Piscina com Técnico Especializado em Fisioterapia (com e sem Hidromassagem), Corredor marcha, Aquagym</p> <p>Técnicas de Vapor: ‘Bertholet’ coluna, ‘Bertholet’ mãos e pés, ‘Bertholaix’. Banho turco, Sauna, Pedidaix</p> <p>Técnicas de Duche: Duche Vichy com Massagem, Duche com Agulheta, Duche Circular, Duche Subaquático, Duche com Hidropressoterapia, Duche em Câmara de Vapor</p> <p>Técnicas de ORL (Inaloterapia): Nebulização, Pulverização, Irrigações nasais, Aerossóis sónicos, Inalação completa, Cinesiterapia respiratória com fisioterapeuta</p> <p>Electroterapia</p> <p>Massagens</p>
Termas das Pedras Salgadas	Bicarbonatada
Vila Pouca de Aguiar, Vila Real	<p>Doenças Metabólico-endócrinas</p> <p>Doenças do Aparelho Digestivo</p>
http://www.parquepedrassalgadas.com	<p>Técnicas de Imersão: Imersão local, Imersão com água parada, Imersão com duche subaquático, Imersão com Bolha de Ar, Hidromassagem</p> <p>Técnicas de Duche: Duche escocês, Duche Vichy com Massagem,</p>

	Técnicas de ORL (Inaloterapia): Hidropinia (Ingestão de águas), Aerossol sónico, Irrigação nasal, Pulverização Faríngea
Termas de Vidago	Bicarbonatada, rica em gás carbónico
Chaves, Vila Real	Doenças do Sistema Nervoso Doenças do Aparelho Digestivo Doenças Dermatológicas
http://www.vidagopalace.com	Doenças do Aparelho Respiratório Doenças do Sangue
	Técnicas de Imersão: Imersão local, Imersão com Bolha de ar, Imersão com Duche Subaquático, Imersão com Bolha de Ar, Hidromassagem Técnicas de Duche: Duche escocês, Duche Vichy com Massagem Técnicas de ORL (Inaloterapia): Hidropinia (Ingestão de águas), Aerossol sónico, Irrigação Nasal, Nebulização, Pulverização Faríngea
Termas da Curia	Sulfatada Cálctica
Anadia, Aveiro	Doenças Metabólico-endócrinas Doenças do Aparelho Circulatório Doenças do Aparelho Nefro-urinário
http://www.termasdacuria.com	Doenças Reumáticas e Músculo-esqueléticas
	Técnicas de Imersão: Imersão com água parada, Imersão com Duche Subaquático, Imersão com Bolha de Ar, Mobilização com Piscina, Hidromassagem, Hidropiscina Técnicas de Duche: Duche Escocês, Duche Circular, Duche Vichy com Massagem

	<p>Técnicas de ORL (Inaloterapia): Hidropinia (Ingestão de Águas)</p> <p>Electroterapia: Ultra-sons, Ultravioletas, Infravermelhos, Diatermia – ondas curtas</p> <p>Massagens: Massagem Manual, Massagem Segmentar</p>
Termas do Luso	Cloretada Sódica
Mealhada, Aveiro	<p>Doenças Reumáticas e Músculo-esqueléticas</p> <p>Doenças do Aparelho Respiratório</p> <p>Doenças Metabólico-endócrinas</p> <p>Doenças do Aparelho Nefro-urinário</p> <p>Doenças do Aparelho Circulatório</p>
http://www.termasdeluso.pt	<p>Técnicas de Imersão: Hidropiscina, Imersão com Bolha de Ar, Imersão com Duche Subaquático, Mobilização em Piscina</p> <p>Técnicas de Duche: Duche Vichy com Massagem, Duche Aix</p> <p>Técnicas de ORL (Inaloterapia): Hidropinia (Ingestão de água), Aerossóis, Aerossol sónico</p> <p>Massagens: Massagem manual</p> <p>Electroterapia: Electroterapia, Infravermelhos</p>
Caldas de S. Jorge	Sulfúrea Sódica
Santa Maria da Feira, Aveiro	<p>Doenças Dermatológicas</p> <p>Doenças do Aparelho Respiratório</p> <p>Doenças Reumáticas e Músculo-esqueléticas</p>
http://www.termas-sjorge.com	<p>Técnicas de Imersão: Imersão com água parada, Imersão com Duche Subaquático, Imersão com Água corrente, Imersão com Bolha de Ar, Hidromassagem</p>

	<p>Técnicas de Vapor: Vaporização geral</p> <p>Técnicas de Duche: Duche Escocês, Duche Facial, Duche Vichy com Massagem, Duche Circular</p> <p>Técnicas de ORL (Inaloterapia): Irrigação Directa, Irrigação Nasal, Aerossil sónico, Nebulização</p> <p>Massagens: Massagem manual</p> <p>Electroterapia: Pressoterapia</p>
Termas de Alcafache	Sulfúrea Sódica
Viseu, Viseu	<p>Doenças Metabólico-Endócrinas</p> <p>Doenças do Aparelho Respiratório</p> <p>Doenças Reumáticas e Músculo-esqueléticas</p>
http://www.termasdealcafache.pt/	<p>Técnicas de Imersão: Imersão com Hidromassagem e Bolha de Ar, Imersão em Banheira, Imersão em Piscina Individual com Bolhas de Ar</p> <p>Técnicas de Vapor: Vapor parcial (Coluna), Vapor parcial (Mãos e Pés), Banho Turco</p> <p>Técnicas de Duche: Duche de Jacto, Duche Vichy com Massagem</p> <p>Técnicas de ORL (Inaloterapia): Hidropinia (Ingestão de Águas), Aerossol Vibrasónico, Aerossol Manosónico, Irrigações Nasais, Pulverização faríngea, Nebulização</p> <p>Massagens: Massagem Geral, Massagem Parcial, Massagem Localizada, Talassoterapia (Lamas)</p> <p>Electroterapia: Pressoterapia, Ultra-sons</p>
Caldas de Aregos	Sulfúrea Sódica
Resende, Viseu	<p>Doenças do Aparelho Respiratório</p> <p>Doenças Reumáticas e Músculo-esqueléticas</p>

<p>http://www.termas-caldasdearegos.com/</p>	<p>Técnicas de Imersão: Imersão Simples em Banheira, Imersão em Piscina, Imersão com Aerobanho, Imersão com Duche Subaquático, Hidromassagem Computorizada, Hidromassagem Niagara</p> <p>Técnicas de Vapor: Vapor Parcial (Mãos e Pés), Bertholet (Coluna), Vapor Integral</p> <p>Técnicas de Duche: Duche Escocês, Duche de Jacto, Duche Parcial, Duche Vichy com Massagem</p> <p>Técnicas de ORL (Inaloterapia): Irrigação Nasal, Inalação, Pulverização, Nebulização em Câmara</p> <p>Massagens: Talassoterapia (Cataplasmas com Argila, Pelóides/Aplicação de Lamas)</p>
<p>Termas do Carvalho</p> <p>Castro Daire, Viseu</p> <p>http://termasdocarvalho.com</p>	<p>Sulfúrea</p> <p>Doenças Dermatológicas</p> <p>Doenças Reumáticas e Músculo-esqueléticas</p> <p>Doenças Ginecológicas</p> <p>Técnicas de Imersão: Imersão Geral Simples, Hidromassagem, Hidromassagem Computorizada, Imersão com Duche Subaquático</p> <p>Técnicas de Vapor: Bertholet, Manilúvio e Pedilúvio</p> <p>Técnicas de Duche: Duche de Jacto, Duche Escocês, Duche de Vichy com Massagem, Duche Filiforme</p> <p>Técnicas de ORL (Inaloterapia): Hidropinia (Ingestão de águas), Aerossol sónico, Irrigação Nasal, Nebulização, Pulverização Faríngea</p> <p>Clisteres: Enteroclise, Irrigação Vaginal</p> <p>Massagens: Massagem Geral, Massagem Parcial, Massagem Local, Massagem Facial</p> <p>Electroterapia: Diatermia (Ondas-Curtas)</p>

Caldas da Felgueira Nelas, Viseu http://www.termasdafelgueira.pt	Sulfúrea Sódica
	Doenças Reumáticas e Músculo-esqueléticas
	Doenças do Aparelho Respiratório
	Doenças Dermatológicas
	Técnicas de Imersão: Banho de Imersão Simples, Banho de Imersão com Hidromassagem computadorizada, Aerobanho, Hidroginástica Técnicas de Vapor: Manilúvio e Pedilúvio, Bertholet, Bertholaix, Banho Turco, Sauna Técnicas de Duche: Duche Vichy com Massagem, Duche de Aix, Duche de Jacto, Duche com Hidroressoterapia Técnicas de ORL (Inaloterapia): Aerossol simples/Sónico e Manosónico, Irrigação Nasal, Nebulização Individual, Insuflação tubo-timpânica, Ginástica respiratória Electroterapia: Ionizações, Ultrasons Massagens: Massagem Geral
S. Pedro do Sul S. Pedro do Sul, Viseu http://www.termas-spsul.com	Sulfúrea Sódica
	Doenças Reumáticas e Músculo-Esqueléticas
	Doenças do Aparelho Respiratório
	Técnicas de Imersão: Imersão Geral, Imersão Geral com Bolha de Ar ou Aerobanho, Piscina de Recuperação, Piscina com Hidromassagem Fixa, Piscina com Hidromassagem Manual, Hidromassagem Técnicas de Vapor: Pediaix, Bertholaix, Vapor Parcial (Coluna/Membros)

	<p>Técnicas de Duche: Duche de Jacto, Duche Circular, Duche de Cachão, Duche Vichy com Massagem</p> <p>Técnicas de ORL (Inaloterapia): Irrigação Nasal, Pulverização, Nebulização, Inalação Nasal, Bucofaríngeo, Aerossol, Emanatório</p> <p>Electroterapia: Ondas Curtas, Ultra-Sons, Ionização, Parafango, Estimulação Elétrica, Pressões Alternativas, Microondas</p> <p>Massagens: Com Parafina</p>
Caldas de Sangemil	Sulfúrea Sódica
Tondela, Viseu	<p>Doenças Reumáticas e Músculo-esqueléticas</p> <p>Doenças do Aparelho Respiratório</p>
http://termasdesangemil.cm-tondela.pt	<p>Técnicas de Imersão: Hidromassagem, Banho de Hidromassagem, Imersão Simples, Imersão com Aerobanho, Imersão com Duche Subaquático</p> <p>Técnicas de Vapor: Bertholaix, Estufa de Vapor aos Membros, Estufa Integral, Bertholet</p> <p>Técnicas de Duche: Duche de Jacto, Duche Circular, Duche Vichy Geral/Regional</p> <p>Técnicas de ORL (Inaloterapia): Nebulização Individual, Pulverização Faríngea, Irrigação Nasal, Aerossol Sónico</p> <p>Electroterapia:</p> <p>Massagens: Massagem Geral e Regional</p>
Fonte de Santa de Almeida	Sulfúrea Sódica
Almeida, Guarda	<p>Doenças do Aparelho Respiratório</p> <p>Doenças Reumáticas e Músculo-esqueléticas</p>

http://www.turismo.pt/termas-de-almeida-fonte-santa-encosta-da-fonte-santa-almeida.html	<p>Técnicas de Imersão: Hidromassagem, Thalaxion</p> <p>Técnicas de Vapor: Sauna, Banho Turco</p> <p>Técnicas de Duche: Duche Vichy com Massagem, Duche Jacto</p> <p>Massagens: Massagem Geral com Óleos, Esfoliação Corporal</p>
<p>Caldas da Cavaca</p> <p>Aguiar da Beira, Guarda</p> <p>http:// Caldasdacavaca.pt</p>	<p>Sulfúrea Sódica</p> <p>Doenças do Aparelho Circulatório</p> <p>Doenças do Aparelho Respiratório</p> <p>Doenças do Aparelho Digestivo</p> <p>Doenças Reumáticas e Músculo-esqueléticas</p> <p>Doenças Dermatológicas</p> <p>Técnicas de Imersão: Piscina com Hidromassagem, Imersão Simples, Imersão com Bolha de Ar, Imersão com Duche Subaquático, Hidromassagem, Thalaxion</p> <p>Técnicas de Vapor: Bertholet, Manilúvio e Pedilúvios</p> <p>Técnicas de Duche: Duche de Jacto, Duche Vichy com Massagem (Geral/Local)</p> <p>Técnicas de ORL (Inaloterapia): Hidropinia (Ingestão de Águas), Irrigação Nasal, Nebulização, Pulverização, Aerossol Sónico</p> <p>Clisteres: Enteróclise, Gota-a-Gota Retal</p>
<p>Termas de Cró</p> <p>Sabugal, Guarda</p>	<p>Sulfúrea</p> <p>Doenças Reumáticas e Músculo-esqueléticas</p> <p>Doenças do Aparelho Respiratório</p> <p>Doenças Dermatológicas</p>

<p>http://www.hoteldocro.com</p>	<p>Técnicas de Imersão: Piscina Termal, Imersão Simples, Imersão com Hidromassagem, Imersão com Aerobanho, Imersão com Duche Subaquático, Thalaxion</p> <p>Técnicas de Vapor: Pedidaix, Bertholet, Bertholaix, Manilúvio e Pedilúvio</p> <p>Técnicas de Duche: Duche de Jacto, Duche Circular, Hidroressoterapia, Duche Vichy com Massagem, Duche Aix</p> <p>Técnicas de ORL (Inaloterapia): Nebulizações, Irrigações, Pulverizações, Aerossol Simples, Aerossol Sónico</p>
<p>Termas de Longroiva</p> <p>Meda, Guarda</p> <p>http://www.hoteldelongroiva.com</p>	<p>Sulfúrea</p> <p>Doenças do Aparelho Respiratório</p> <p>Doenças Reumáticas e Músculo-esqueléticas</p> <p>Doenças Dermatológicas</p>
	<p>Técnicas de Imersão: Piscina Termal, Imersão Simples, Imersão com Hidromassagem, Imersão com Aerobanho, Imersão com Duche Subaquático, Thalaxion</p> <p>Técnicas de Vapor: Bertholet, Bertholaix, Manilúvio e Pedilúvio</p> <p>Técnicas de Duche: Duche de Jacto, Duche Circular, Duche Vichy com Massagem</p> <p>Técnicas de ORL (Inaloterapia): Nebulizações, Irrigações, Pulverizações, Aerossol Simples, Aerossol Sónico</p>
<p>Caldas de Manteigas</p>	<p>Sulfúrea</p> <p>Doenças do Aparelho Respiratório</p>

Manteigas, Guarda http://www.inatel.pt/Fundacao/Onde-ficar_old/Termalismo-e-bem-estar/INATEL-Manteigas/INATEL-Manteigas.aspx	Doenças Reumáticas e Músculo-esqueléticas
	Técnicas de Imersão: Imersão com Bolha de Ar, Imersão com Duche Subaquático, Hidromassagem
	Técnicas de Vapor: Bertholet
	Técnicas de Duche: Duche Escocês, Duche Vichy com Massagem,
	Técnicas de ORL (Inaloterapia): Hidropinia (Ingestão de Águas), Aerossol, Aerossol Sónico, Irrigação Nasal, Nebulização, Pulverização Faríngea
	Electroterapia: Ultra-sons, Infravermelhos

NASCENTES TERMAIS – ZONA CENTRO

Hospital Termal Rainha Dona Leonor	Sulfúrea Cálcica
Caldas da Rainha, Leiria http://www.chcrainha.min-saude.pt	Doenças Reumáticas e Músculo-Esqueléticas
	Doenças do Aparelho Respiratório
	Técnicas de Imersão: Imersão Simples, Imersão em Bolha de Ar
	Técnicas de Vapor: Manilúvio, Pedilúvio
	Técnicas de Duche: Duche Vichy com Massagem
	Técnicas de ORL (Inaloterapia): Aerossóis Simples, Aerossóis Sónicos, Nebulização Individual/Grupo, Inalação da Piscina, Irrigações Nasais, Gargarejos
	Electroterapia: Ultra-sons, Ultravioletas, Pressoterapia, Infravermelhos, Diatermia (Ondas Curtas)
	Massagens: Massagem Facial, Massagem Manual, Massagem Segmentar
Termas de Monte Real	Sulfatada Cálcica

Leiria, Leiria	Doenças do Aparelho Respiratório
	Doenças do Aparelho Digestivo
	Doenças Reumáticas e Músculo-Esqueléticas
http://www.termasdemontereal.pt	Técnicas de Imersão: Hidromassagem, Imersão Simples, Imersão com Duche Subaquático, Piscina Termal Activa
	Técnicas de Vapor: Calor Húmido
	Técnicas de Duche: Duche de Agulheta Quente, Duche Escocês, Duche Circular, Duche Vichy com Massagem
	Técnicas de ORL (Inaloterapia): Inalação, Aerossol Simples, Inalação e Aerossol (Infantil)
	Clisteres: Enteroclise, Gota-a-gota
	Electroterapia: Alta frequência, Ondas Curtas, Ultrasons, Pressoterapia, Infravermelhos
	Massagens: Talassoterapia (Envolvimento com Lamas), Massagem Parcial/Geral
Termas de Monfortinho	Hipossalina
Idanha-a-Nova, Castelo Branco	Doenças Dermatológicas
	Doenças do Aparelho Digestivo
	Doenças Reumáticas e Músculo-Esqueléticas
	Doenças do Aparelho Respiratório
	Técnicas de Imersão: Imersão com Duche Subaquático, Imersão com Bolha de Ar, Hidromassagem, Hidroginástica
http://www.termasdemonfortinho.com	Técnicas de Vapor: Vaporização Geral, Bertholaix

Técnicas de Duche: Duche Vichy com Massagem, Duche Aix, Duche Escocês, Duche Circular, Hidroressoterapia

Técnicas de ORL (Inaloterapia): Hidropinia (Ingestão de Águas), Nebulização

Clisteres: Enteróclise, Hidroterapia do Cólon

Electroterapia: Ultrassons com Massagem, Ultrassom Subaquático, Diatermia (Ondas Curtas), Pressoterapia

Massagens: Massagem Geral/Parcial, Massagem Facial

Termas de Unhais da Serra

Sulfúrea

Covilhã, Castelo Branco

<http://www.aquadome.com.pt/>

Doenças do Aparelho Respiratório

Doenças Reumáticas e Músculo-Esqueléticas

Doenças do Aparelho Digestivo

Doenças do Aparelho Circulatório

Técnicas de Imersão: Imersão Simples, Imersão com Duche Subaquático, Hidromassagem, Hidromassagem para membros inferiores, Aerobanho, Corredor de Marcha, Hidroginástica

Técnicas de Vapor: Bertholaix, Bertholet, Vapor Parcial Membros

Técnicas de Duche: Hidroressoterapia, Duche Escocês, Duche circular, Duche Vichy com Massagem, Duche Aix, Duche Filiforme

Técnicas de ORL (Inaloterapia): Irrigação Nasal, Duche Nasal, Nebulização Quente, Aerossol Termal/Sónico/Iónico, Inalação

Clisteres: Duche Perianal

	Massagens: Massagem Terapêutica
Termas do Estoril	Cloretada Sódica
	Doenças do Aparelho Respiratório
Cascais, Lisboa	Doenças Reumáticas e Músculo-Esqueléticas
	Doenças Dermatológicas
http://www.termasdoestoril.pt	Técnicas de Imersão: Imersão Simples, Aerobanho, Hidromassagem Computorizada, Hidromassagem em Piscina
	Técnicas de Vapor: Bertholaix, Maniluvio, Pediluvio, Bertholet
	Técnicas de Duche: Duche de Jacto, Duche Vichy com Massagem Localizada/Geral
	Técnicas de ORL (Inaloterapia): Nebulização em Câmara, Cinesiterapia respiratória
	Electroterapia: Correntes Baixa/Média Frequência, Ultra-sons, Laser
	Massagens: Talassoterapia (Aplicação de argila por cataplasma), Drenagem Linfática Localizada/Membros inferiores, Massagem Terapêutica Localizada/Geral
Termas do Vimeiro	Cloretada Sódica
	Doenças Dermatológicas
Torres Vedras, Lisboa	Doenças do Aparelho Digestivo
	Doenças do Aparelho Circulatório
http://www.ohotelsandresorts.com/pt/Menu/Hoteis-Termas/Termas-Vimeiro/Termas.aspx	Doenças do Aparelho Respiratório
	Técnicas de Imersão: Imersão Simples, Hidromassagem, Imersão com Bolha de Ar, Imersão com Duche Subaquático

Técnicas de Vapor:

Técnicas de Duche: Duche Vichy com Massagem,
Duche Escocês, Duche Lombar, Duche Circular

Técnicas de ORL (Inaloterapia): Duche Nasal,
Aerossol

Clisteres: Enteroclise

Massagens: Massagem Manual Geral/Parcial

Termas da Ladeira de Envendos

Cloretada Sódica

Mação, Santarém

Doenças do Aparelho Digestivo

Doenças Dermatológicas

Doenças Reumáticas e Músculo-Esqueléticas

<http://viverspa.com/spas/portugal/termas-ladeira-envendos>

Doenças do Aparelho Respiratório

Técnicas de Imersão: Imersão Simples, Imersão com
Duche Subaquático, Hidromassagem, Aerobanho

Técnicas de Vapor:

Técnicas de Duche: Duche de Jacto, Duche de
Cachão, Duche Vichy com Massagem Geral/Parcial

Técnicas de ORL (Inaloterapia): Hidropinia
(Ingestão de Águas), Irrigação Nasal, Aerosol,
Nebulização, Pulverização Faríngea

NASCENTES TERMAIS – ZONA SUL E ILHAS

Termas de Cabeço de Vide	Sulfúrea Mista
Fronteira, Portalegre	Doenças do Aparelho Respiratório
http://www.jf-cabecodevide.pt/Default.aspx#	Doenças Dermatológicas
http://termasdasulfurea.blogspot.pt/	Doenças Reumáticas e Músculo-Esqueléticas
	Técnicas de Imersão: Imersão Simples, Hidromassagem, Hidromassagem Computorizada, Imersão em Bolha de Ar, Imersão com Duche Subaquático
	Técnicas de Vapor: Bertholaix, Banho Turco
	Técnicas de Duche: Duche Lombar, Duche Circular, Duche Vichy, Duche de Agulheta
	Técnicas de ORL (Inaloterapia): Aerossóis, Irrigação Nasal
	Massagens: Talassoterapia (Tratamento com Lamas)
Fadagosa de Nisa	Sulfúrea Sódica
Nisa, Portalegre	Doenças do Aparelho Respiratório
http://www.cm-nisa.pt/termasdenisa.html	Doenças Reumáticas e Músculo-Esqueléticas
	Doenças Dermatológicas
	Doenças Metabólico-Endócrinas
	Técnicas de Imersão: Imersão Simples, Hidromassagem, Imersão com Bolha de Ar, Imersão com Duche Subaquático, Corredor de Marcha
	Técnicas de Vapor: Sauna

	Técnicas de Duche: Duche Circular, Duche Geral de Agulheta, Duche Vichy Técnicas de ORL (Inaloterapia): Hidropinia (Ingestão de Águas), Duche Filiforme Asma e Bronquite, Duche Filiforme Sinusite e Rinite, Irrigação Nasal, Aerossol, Nebulização Massagens: Massagem Parcial relaxante
Caldas de Monchique	Sulfúrea Sódica
Monchique, Faro	Doenças do Aparelho Respiratório Doenças Reumáticas e Músculo-Esqueléticas Doenças do Aparelho Digestivo
http://www.monchiquetermas.com	Técnicas de Imersão: Aerobanho, Hidromassagem, Hidromassagem em Piscina, Hidromassagem Niagara, Imersão com Bolha de Ar Técnicas de Vapor: Bertholet Técnicas de Duche: Duche de Jacto, Duche Vichy Parcial/Integral, Hidroressoterapia Técnicas de ORL: Irrigação Nasal, Nebulização, Aerossol Sónico, Emanatório Colectivo Massagens: Talassoterapia (Aplicação de Lamas), Massagem Geral
Termas das Furnas	Cloretada sódica
S. Miguel, Açores	Doenças Reumáticas e Músculo-Esqueléticas Doenças Dermatológicas Doenças do Aparelho Digestivo Doenças do Aparelho Respiratório

<http://www.furnasboutiquehotel.com/spa-e-termas>

Doenças do Aparelho Circulatório

Doenças do Sistema Nervoso

Técnicas de Imersão: Piscina exterior termal quente, Piscina interior termal activa, Hidromassagem

Técnicas de Vapor: Sauna, Banho Turco

Técnicas de Duches: Duche Vichy com Massagem

Massagens: Reflexologia

Anexo B

Folder



Inspiração

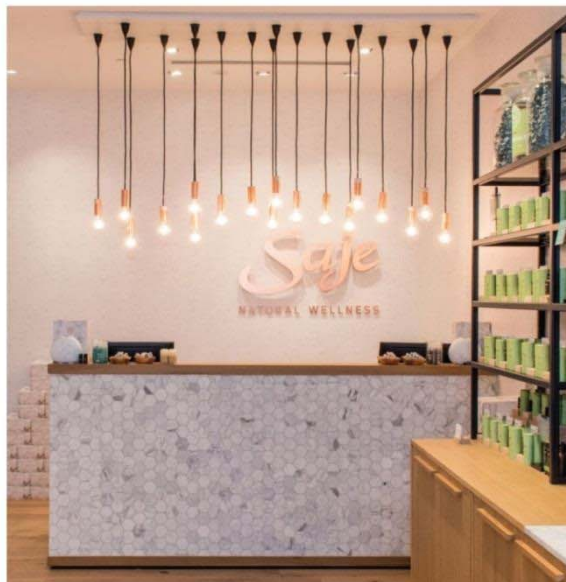
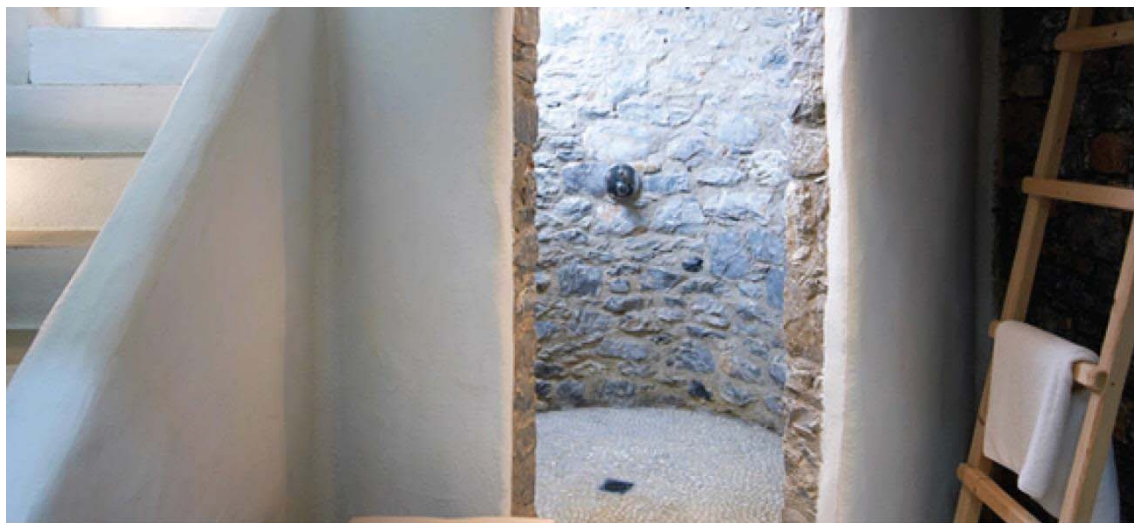




Conceito

Paleta Cromática





Tratamentos Termais

Receção



ILU03 - MATCH VIBIA

Candeeiro pendente, com acabamento em lacado branco mate RAL9016 Ø105mm



EM01 - OFX09 GALLOTTI & RADICE

Cadeira ergonómica de 5 rodas, com braços em cromado e revestida a couro ecológico branco 500mm x 660mm x 1150/1220mm

MOB1 - Balcão da Entrada

Tampo em vidro temperado com 10mm de espessura; estrutura em madeira revestida com placas de OSB 3350mm x 600mm x 1100mm

CIN CINACRYL, na cor E157 (Grão de Areia - Coleção Brancos Tendências)



EM2 - OCCASIONAL LOUNGE CHAIR BY JASPER MORRISON VITRA

Cadeirão, com pés em plástico e acabamento em rayon e linho na cor 07 alabaster 735mm x 725mm x 705mm

Tratamentos Termais

Hidropinia



ILU08 - PLUS VIBIA

Candeeiro de teto em lacado branco
Ø350mm x 180mm (60mm à vista)

CIN CINOXANO MINERAL, na cor 05A3
(Aferir a tonalidade correta em obra)

PAVIGRÉS QUARTZITE
ALASKA (AD6774)
297mm x 597mm x 9,2mm



TS9 - Buvette para tratamento de Hidropinia

Estrutura em pedra ou cimento
ø1500mm x 1250mm (750mm de altura para acesso à torneira)

Tratamentos Termais

Banhos



ILU01 - VANCOUVER ROUND 90 LED ASTRO LIGHTING
Candeeiro embutido no teto falso, em cromado polido
Ø90mm x 66mm

PAVIGRÉS SAVANA IVORY (MP95507)
447mm x 897mm x H10,5mm



LS12 - Barra de apoio horizontal,
em inox, feita por medida
ø45mm, 300mm x 2450mm

PAVIGRÉS GLADE BRANCO (M14733)
447mm x 447mm x 9,2mm



TS1 - CALIFORNIA 100 ARTECER
Banheira de Hidromassagem, com
revestimento e concha em branco
Traffic (RAL 9016)



MOB2 - Banco de apoio para ginásio e zonas de tratamento
Estrutura em inox e ripas de madeira
460mm x H450mm (a largura varia consoante o local, tendo
que a medida ser aferida em obra)

Tratamentos Termais

Duches

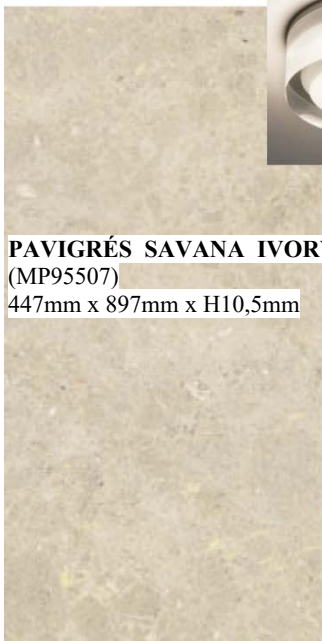
ILU01 - VANCOUVER ROUND 90 LED ASTRO LIGHTING

Candeeiro embutido no teto falso, em cromado polido
Ø90mm x 66mm



PAVIGRÉS SAVANA IVORY (MP95507)

447mm x 897mm x H10,5mm



PAVIGRÉS GLADE BRANCO (M14733)

447mm x 447mm x 9,2mm



MOB2 - Banco de apoio para ginásio e zonas de tratamento

Estrutura em inox e ripas de madeira
460mm x H450mm (a largura varia consoante o local, tendo que a medida ser aferida em obra)



TS3 - Duche de Jato/Escocês ARTECER

Acabamento fosco acetinado
1000mm x 450mm x 880mm



TS4 - Duche Circular ARTECER

Em Corian Branco e inox com
acabamento fosco acetinado
ø700mm x 2100mm

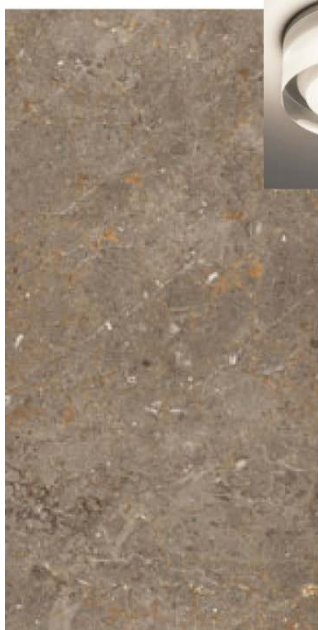


TS5 - Duche Vichy AC ARTECER

Em inox com acabamento fosco
acetinado
Lança: 2340mm x 120/350mm x
1180mm; Mural: 2000mm x
400mm x 1600mm; Marquesa:
1900mm x 760mm x 800/860mm

Tratamentos Termais

Massagens



PAVIGRÉS SAVANA GREY (MP95505)
447mm x 897mm x 10,5mm



PAVIGRÉS GLADE BRANCO (M14733)
447mm x 447mm x 9,2mm



ILU01 - VANCOUVER ROUND 90 LED ASTRO LIGHTING
Candeeiro embutido no teto falso, em cromado polido
Ø90mm x 66mm



MOB3 - Carrinho de apoio para as massagens
Estrutura e portas em madeira de faia, lacada a
RAL 9010 mate
1000mm x 400mm x 920mm



TS2 - ORIENT-GRANITO ARTECER
Mesa de Massagem, com revestimento em
Branco Traffic (RAL 9016)
19750mm x 764mm x 530/830mm



EM4 - CTR MERIDIENNE 01103 TRIBU
Chaise longue com braço à esquerda, com estrutura em aço inoxidável
na cor 89 Wengué, acento estufado em acrílico na cor Luxury Lys B20
940mm x 1790mm x 860mm

Tratamentos Termais

Otorrinolaringologia



ILU01 - VANCOUVER ROUND 90 LED ASTRO LIGHTING

Candeeiro embutido no teto falso, em cromado polido
Ø90mm x H66mm



PAVIGRÉS SAVANA IVORY (MP95507)
447mm x 897mm x H10,5mm



PAVIGRÉS GLADE BRANCO (M14733)
447mm x 447mm x H9,2mm



TS6/TS7 - Módulos #2 e #3 ARTECER

Dois e três postos de tratamento, estrutura metálica em INOX: AISI 316L; cobertura e lavatório em Corian Branco; tubagens e válvulas em INOX AISI 316L/TEFLON com acabamento acetinado fosco; separadores visuais em Policarbonato fosco; sistema de água corrente inserido nos lavatórios; sistema de desinfecção automático; temporizador automático por tratamento (exceto Irrigação Nasal); douchette manual; dispensador de toalhetes de papel; bancos individuais com assento “bicicleta” almofadado; apoios ao chão com regulação de nivelamento
1500mm/2250mm x 710mm x H1260mm

Tratamentos Termais

Balneários

ILU01 - VANCOUVER ROUND 90 LED ASTRO LIGHTING

Candeeiro embutido no teto falso, em cromado polido
Ø90mm x 66mm



PAVIGRÉS SAVANA IVORY (MP95507)

447mm x 897mm x H10,5mm

PAVIGRÉS SAVANA IVORY (PP37507)

297mm x 297mm x H10,5mm

PAVIGRÉS GLADE BRANCO (M14733)

447mm x 447mm x H9,2mm



MOB2 - Banco de apoio para ginásio e zonas de tratamento

Estrutura em inox e ripas de madeira

460mm x H450mm (a largura varia consoante o local, tendo que a medida ser aferida em obra)



LS4/LS5- MARINA SANINDUSA

Base de Duche fundo textura de xisto, cor Branca
900/1000mm x 700mm x 270mm;

Chuveiro de mão (564910) **EKO 130 SANINDUSA**, equipado com limitador de caudal e sistema de mistura ar/água, em ABS cromado (acrilonitrila butadieno estireno)
130mm x 269mm;

Misturadora de base (5510701) **TUBE ECO SANINDUSA**, em latão cromado
281mm x 55mm x H131mm



LS3 - Lava-mãos NEXO 45 SANITANA

Fixação para aplicação mural
460mm x 365mm x H175mm;

Misturadora de lavatório (5520301) **ÍCONE ECO SANINDUSA**

Latão cromado
45mm x 135mm x H153mm



LS1 - 66cm NEXO SANITANA

Sanita compacta com fixação e com descarga dual, cor Branca
665mm x 360mm x H790mm

Tratamentos Termais

Balneário Mobilidade Condicionada

ILU01 - VANCOUVER ROUND 90 LED ASTRO LIGHTING

Candeeiro embutido no teto falso, em cromado polido
Ø90mm x 66mm



PAVIGRÉS SAVANA IVORY (MP95507)

447mm x 897mm x H10,5mm

PAVIGRÉS SAVANA IVORY (PP37507)

297mm x 297mm x H10,5mm

PAVIGRÉS GLADE BRANCO (M14733)

447mm x 447mm x H9,2mm



MOB2 - Banco de apoio para

ginásio e zonas de tratamento

Estrutura em inox e ripas de madeira

460mm x H450mm (a largura varia consoante o local, tendo que a medida ser aferida em obra)



LS9 - MOBIL SANITANA

Banco de parede rebatível em inox
455mm x 505mm x 270mm;



Misturadora de base EASY

SANINDUSA, em latão cromado
220mm x 145mm x 107mm



LS8 - MOBIL SANITANA

Lavatório Mobilidade Condicionada
65, cor Branca
640mm x 550mm x 170mm

Misturadora de lavatório (5520301)

ÍCONE ECO SANINDUSA, em latão cromado
45mm x 135mm x 153mm



LS7 - COMPACTA MOBIL SANITANA

Sanita Mobilidade Condicionada na cor Branca
690mm x 360mm x 885mm

LS10 - 83 PORTA ROLOS SANITANA

Barra basculante em inox
800mm x 40mm x 310mm

LS11 - MOBIL SANITANA

Barra recta 60cm de parede em cor cromada
40mm x 600mm x 100mm

Tratamentos Termais

Sala de Espera



ILU02 - VANCOUVER ROUND LED ASTRO LIGHTING

Candeeiro embutido no teto falso, em cromado polido
Ø115mm x H80mm

CIN CINACRYL, na cor E157 (Grão de Areia - Coleção Brancos Tendências)



PAVIGRÉS CITIES DELHI (M16519)

597mm x 597mm x H10,5mm



EM2 - OCCASIONAL LOUNGE CHAIR BY JASPER MORRISON VITRA

Cadeirão, com pés em plástico e acabamento em rayon e linho na cor 07 alabaster
735mm x 725mm x 705mm

Tratamentos Termais

Consultórios

ILU01 - VANCOUVER ROUND 90 LED ASTRO LIGHTING

Candeeiro embutido no teto falso, em cromado polido
Ø90mm x 66mm



EM16 - C5556 ARTECER

Marquesa de 3 corpos elétrica, em pele sintética cinza
1970mm x 960mm x 470/890mm



CIN CINACRYL, na cor E157 (Grão de Areia - Coleção Brancos



PAVIGRÉS CITIES DELHI (M16519)

597mm x 597mm x H10,5mm



EM01 - OFX09 GALLOTTI & RADICE

Cadeira ergonómica de 5 rodas, com braços em cromado e revestida a couro ecológico branco
500mm x 660mm x 1150/1220mm



ILU2 - FLEX 0751 VIBIA

Candeeiro de mesa, em alumínio com acabamento em lacado branco mate (RAL 9016), com altura ajustável
650mm x 170mm x 470/610mm



EM11 - OFX09 GALLOTTI & RADICE

Cadeira ergonómica de 5 rodas, revestida a couro ecológico branco
500mm x 620mm x 850/920mm



EM12/EM13 - AIR DESK GALLOTTI & RADICE

Secretária, em vidro temperado de 12mm, estrutura em aço inoxidável
1200mm x 800mm x 740mm/1800mm x 900mm x 740mm



EM14/EM15 - AIR UP GALLOTTI & RADICE

Sistema modular em madeira revestida a vidro pintado
900mm/1200 x 510mm x 481mm

Zona de Refeição

Interior



ILU08 - PLUS VIBIA

Candeeiro de teto em lacado branco
Ø350mm x 180mm (60mm à vista)

CIN CINOXANO MINERAL, na cor 05A3. (Aferir a tonalidade correta em obra)



PAVIGRÉS QUARTZITE ALASKA (AD6774)
297mm x 597mm x H9,2mm



MOB4 - Mesa de refeições

Estrutura e ripas em madeira natural
1000mm x 980mm x 800mm



EM5 - MOOD 06218 TRIBÙ

Cadeirão, em madeira de teca na cor 85 Earthbrown
600mm x 580mm x 770mm

Zona de Refeição

Exterior

CIN CINOXANO MINERAL,
na cor **05A3**. (Aferir a
tonalidade correta em obra)

EM6- MOOD 06209 TRIBÙ

Sofá de 3 lugares, em madeira de teca, tecido
acrílico na cor B32 Luxury Pure White
2320mm x 840mm x 750mm



EM7 - MOOD 06203 TRIBÙ

Lounge chair, em madeira de teca,
tecido acrílico na cor B32 Luxury
Pure White
820mm x 780mm x 750mm



EM10 - MOOD 06282 TRIBÙ

Mesa de centro, em madeira de teca
660mm x 660mm x 280mm

PAVIGRÉS QUARTZITE
ALASKA (AD6774)

297mm x 597mm x H9,2mm



ILU1 - JUNE 4790 VIBIA

Candeeiro de mesa para exterior, em
alumínio, com acabamento lacado a
castanho escuro mate, e policarbonato
ø105mm x 135mm



EM8 - MOOD 06208 TRIBÙ

Sofá de 2 lugares, em madeira de teca, tecido
acrílico na cor B32 Luxury Pure White
1630mm x 770mm x 690mm

Anexo C

Índice de Peças Desenhadas

Localização

00.01	Planta de Localização	Escala 1/2000
00.02	Planta de Implantação	Escala 1/200

Levantamento

01.01	Planta do Piso 0	Escala 1/100
01.02	Planta do Piso 1	Escala 1/100
01.03	Planta do Piso 2	Escala 1/100
01.04	Corte AA'	Escala 1/100
01.05	Alçado Norte	Escala 1/100
01.06	Alçado Poente	Escala 1/100
01.07	Alçado Sul	Escala 1/100
01.08	Alçado Nascente	Escala 1/100

Alterações

02.01	Planta do Piso 0	Escala 1/100
02.02	Planta do Piso 1	Escala 1/100
02.03	Planta do Piso 2	Escala 1/100
02.04	Corte AA'	Escala 1/100

Proposta

03.01	Planta Cotada do Piso 0	Escala 1/50
03.02	Planta Cotada do Piso 1	Escala 1/50
03.03	Planta Cotada do Piso 2	Escala 1/50
03.04	Corte AA'	Escala 1/50

Execução

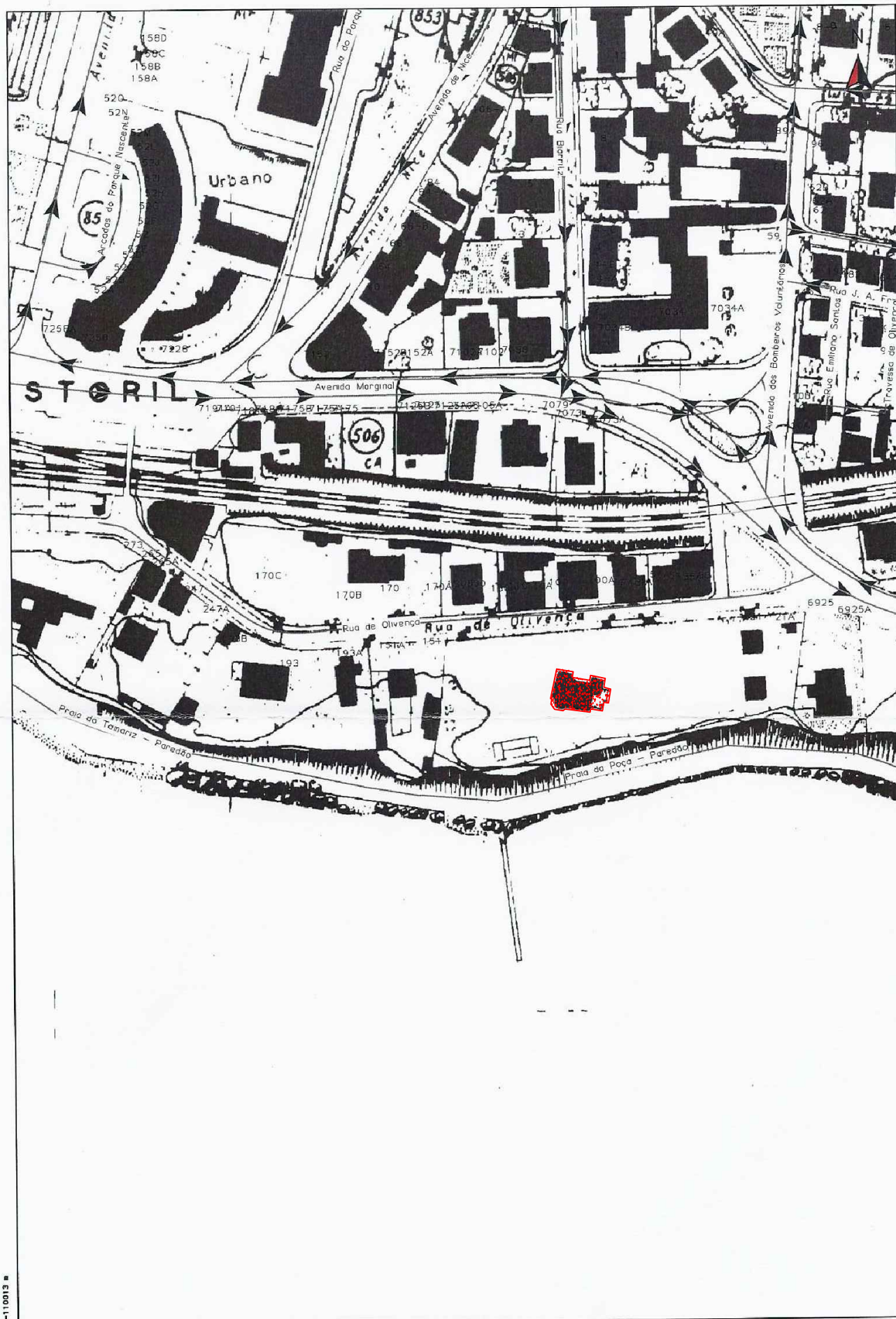
04.01	Planta de Equipamentos do Piso 0	Escala 1/50
04.02	Planta de Equipamentos do Piso 1	Escala 1/50
04.03	Planta de Equipamentos do Piso 2	Escala 1/50
04.04	Planta de Tetos do Piso 0	Escala 1/50
04.05	Planta de Tetos do Piso 1	Escala 1/50
04.06	Planta de Tetos do Piso 2	Escala 1/50

Desenho em Pormenor

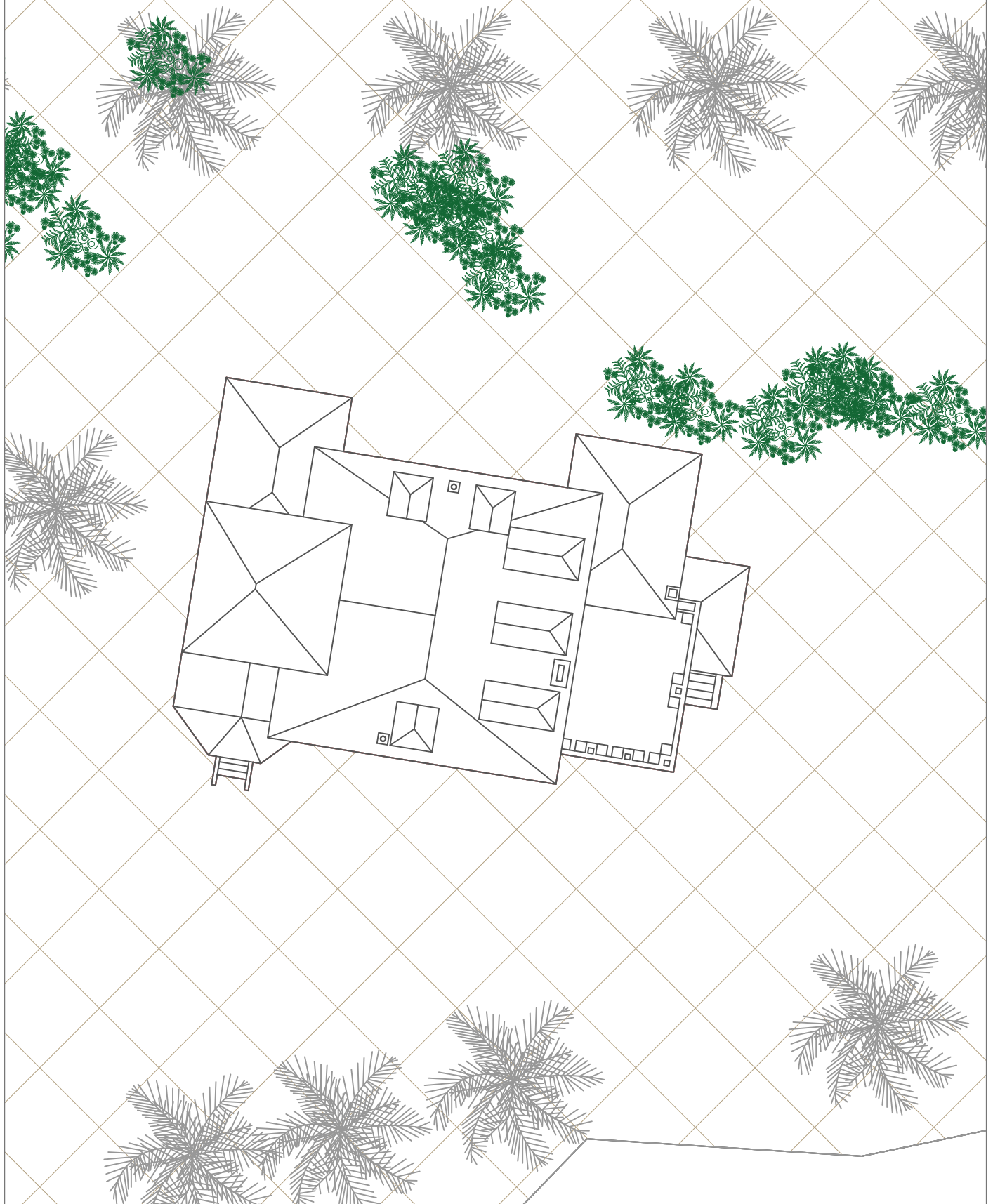
05.01	Balneários Piso 0 e Piso 1	Escala 1/20
05.02	Corte AA'	Escala 1/20
05.03	Corte BB'	Escala 1/20
05.04	Corte CC'	Escala 1/20
05.05	Tratamentos do Piso 0 e Piso 1	Escala 1/20
05.06	Corte DD'	Escala 1/20

Desenho Técnico

06.01	Balcão da Receção	Escala 1/20
06.02	Buvette	Escala 1/20
06.03	Banco de Apoio	Escala 1/10
06.04	Carrinho de Apoio	Escala 1/10
06.05	Mesa de Refeição	Escala 1/10



Rua de Olivença, Estoril



ESAD

Mestrado em
Design de Interiores

Doutora Graça Pedroso
Prof. Pedro Rodrigues

Costa do Sol:

Recuperar o Turismo de
Saúde de Acesso a Todos

Ana Patrícia
Botelho dos Santos

Projeto Termal:

Chalé S. Pedro, Rua de
Olivença, nº1, Estoril

LOCALIZAÇÃO:

Planta de Implantação

DATA:

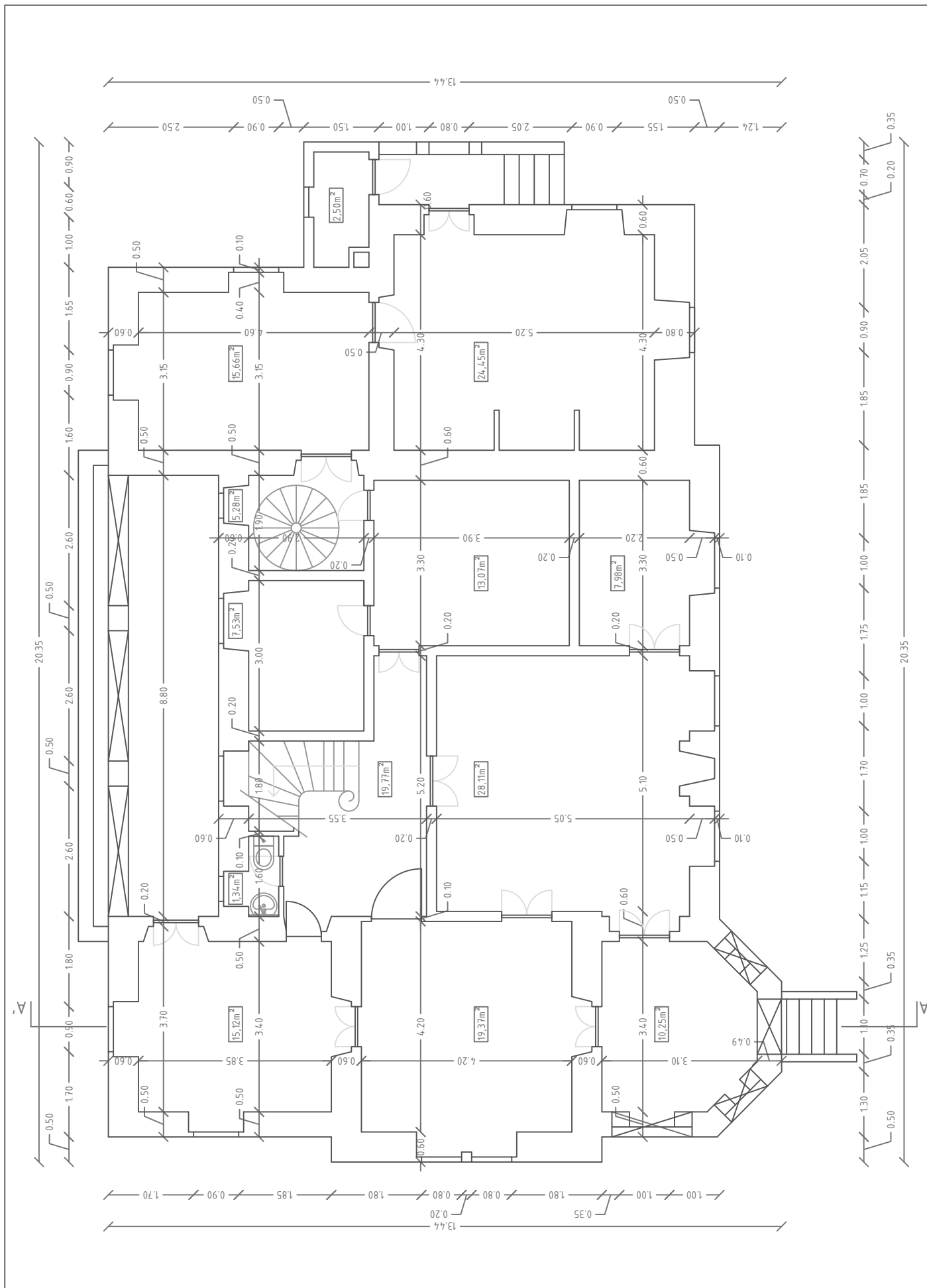
Julho 2018

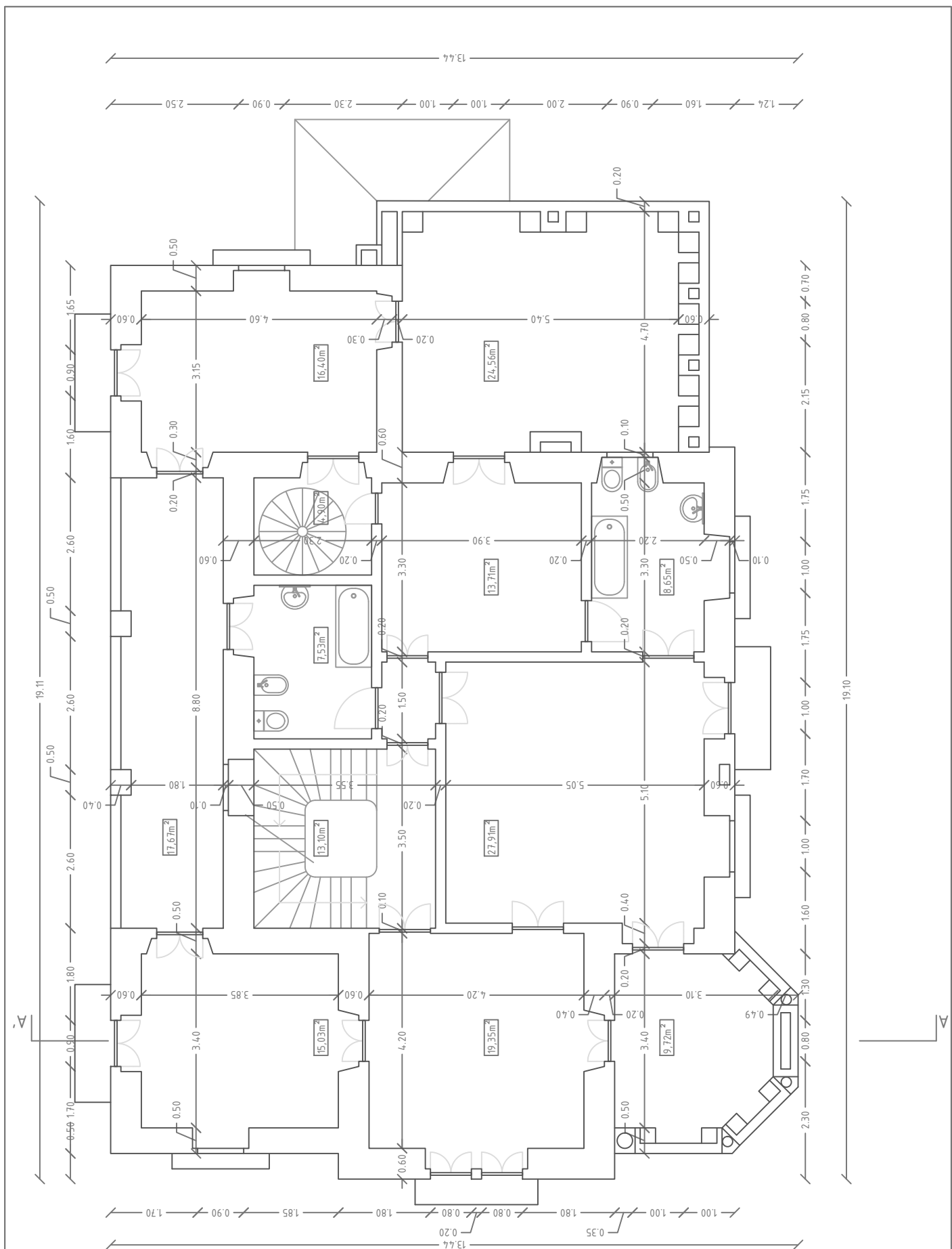
ESCALA:



1/200

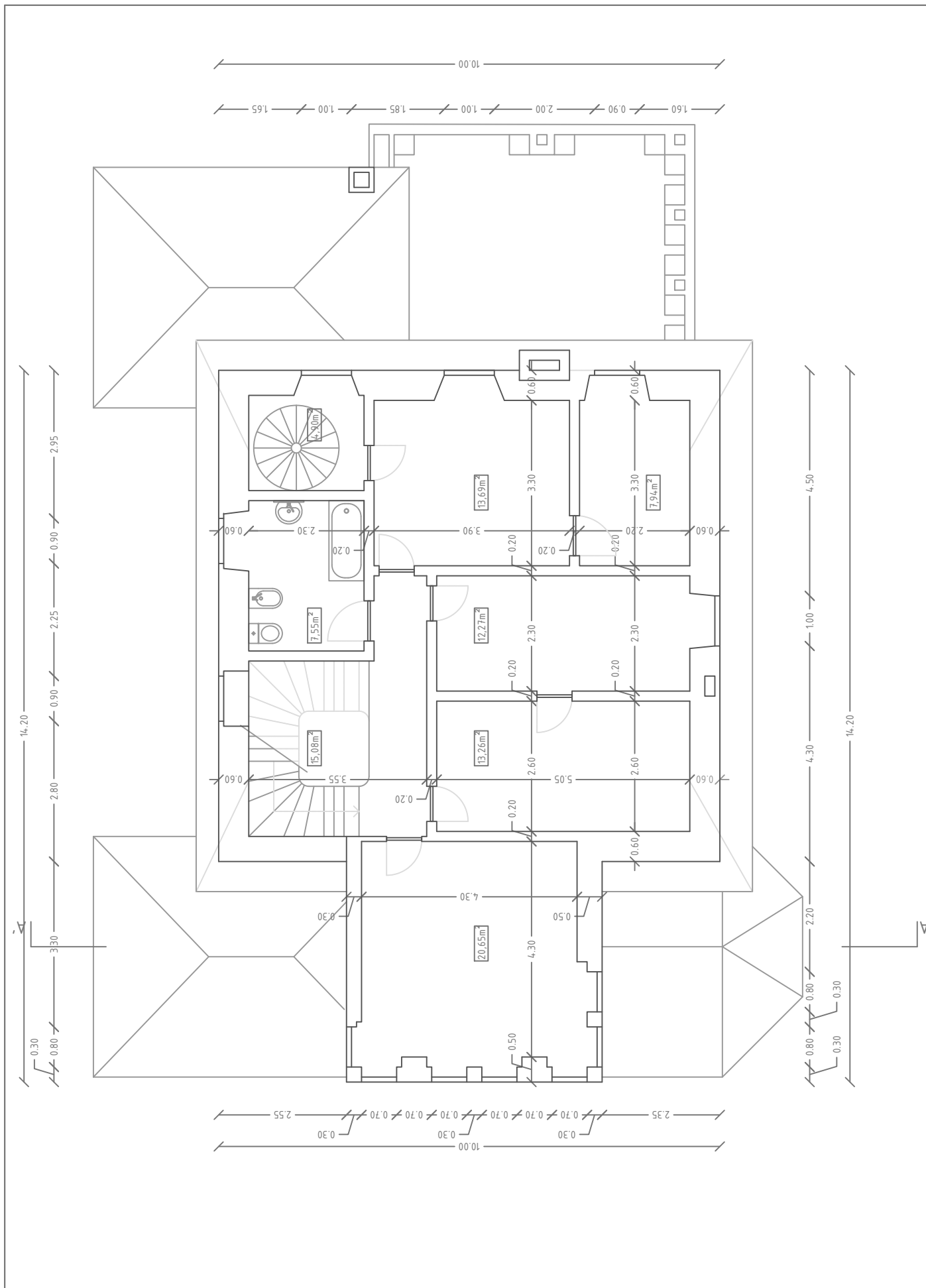
DESENHO:

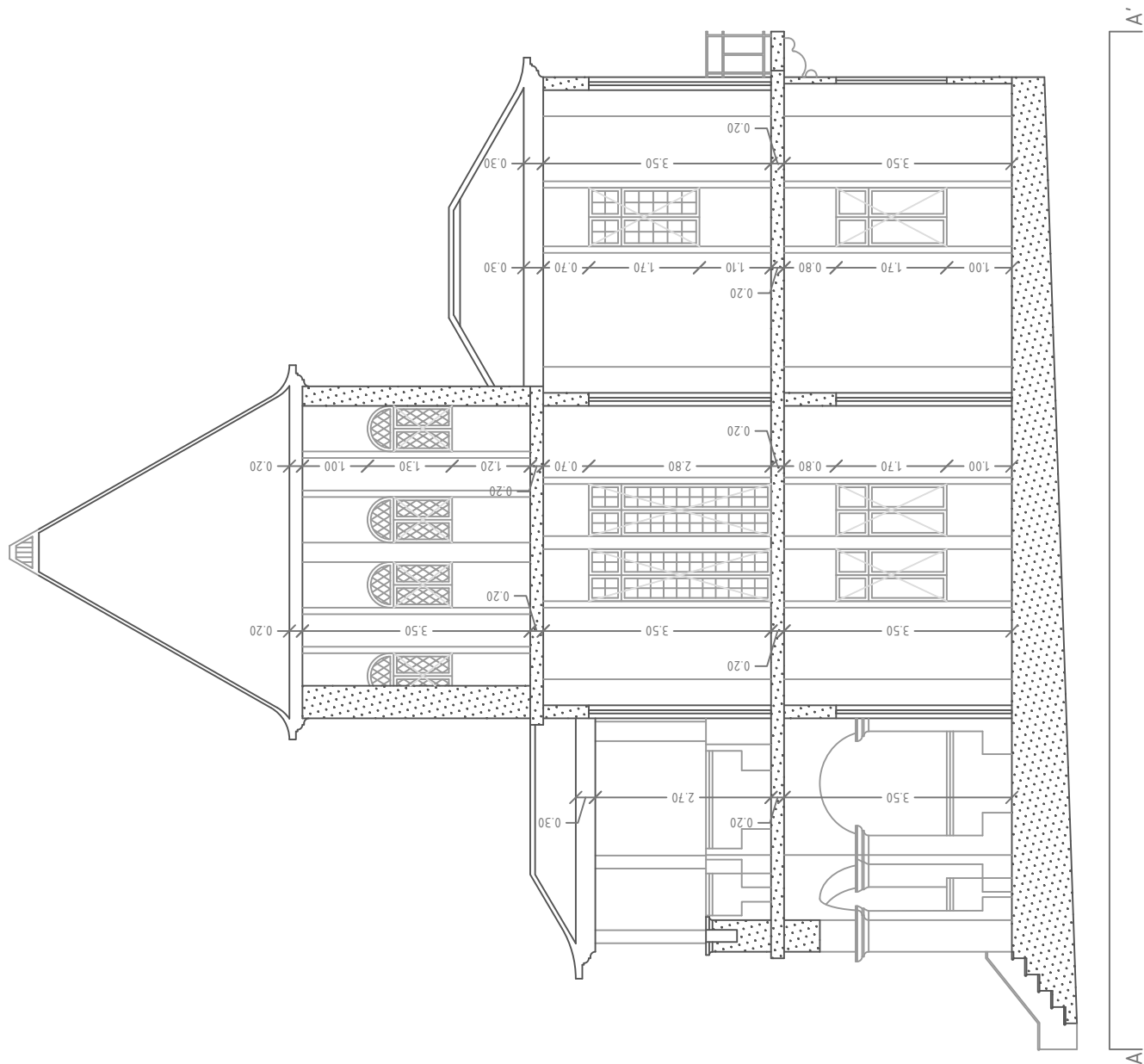
00.02

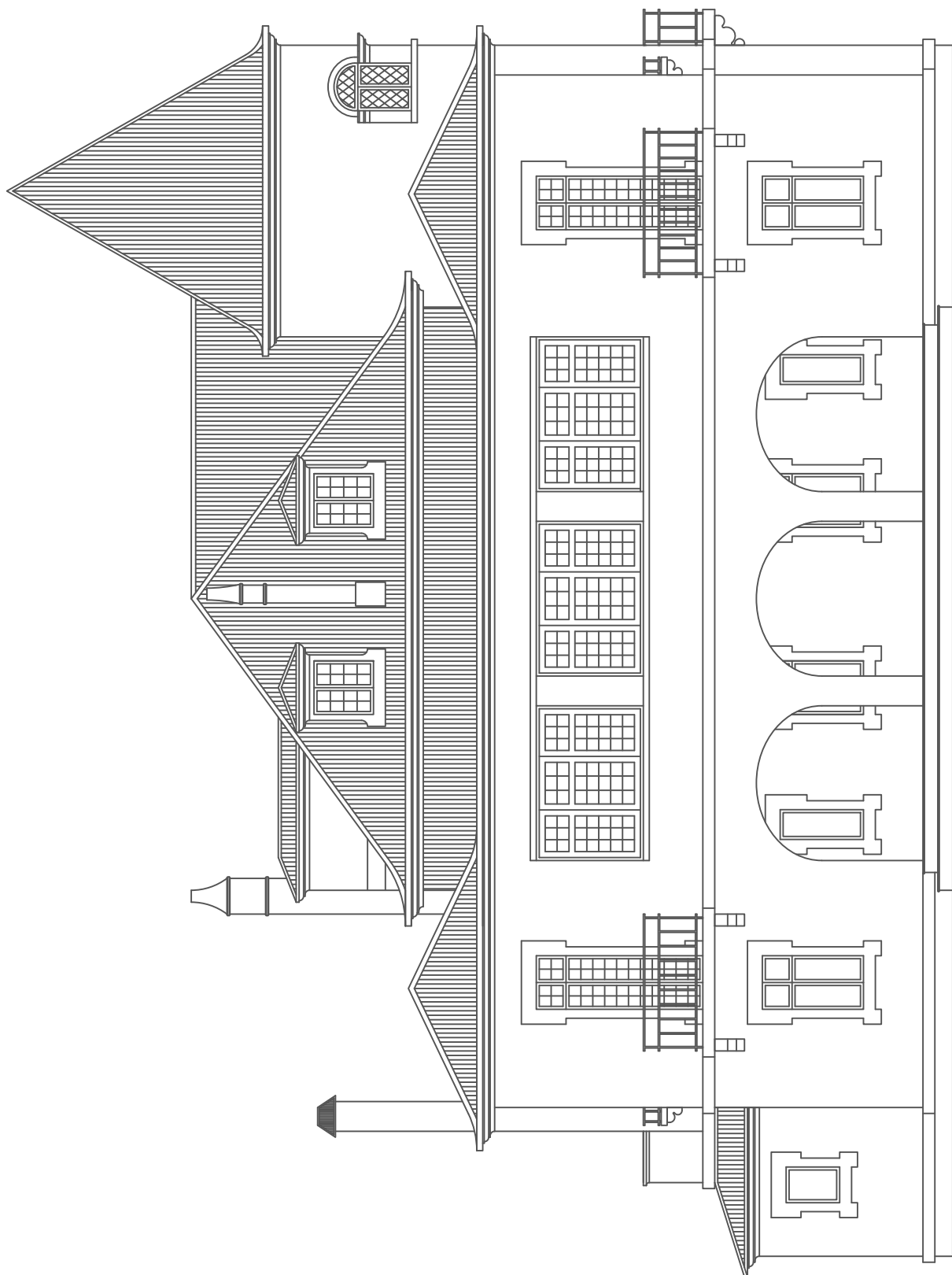




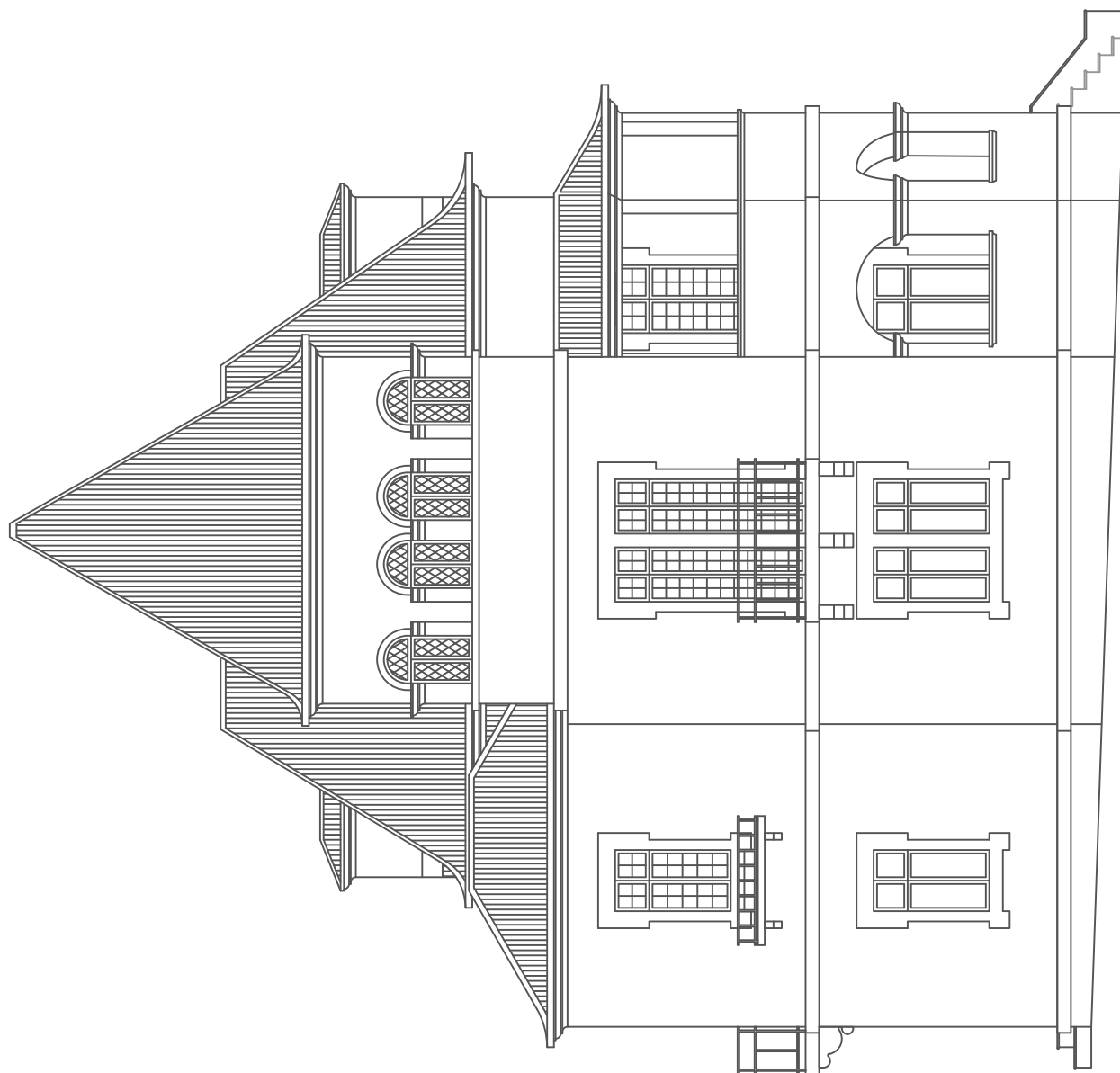
 	Mestrado em Design de Interiores	Costa do Sol: Recuperar o Turismo de Saúde de Acesso a Todos	Projeto Termal: Chalé S. Pedro, Rua de Oliveira, nº1, Estoril	DATA: Julho 2018
	Doutora Graça Pedroso Prof. Pedro Rodrigues	Ana Patrícia Botelho dos Santos	LEVANTAMENTO: Planta Piso 1	ESCALA: 1/100
				DESENHO: 01.02



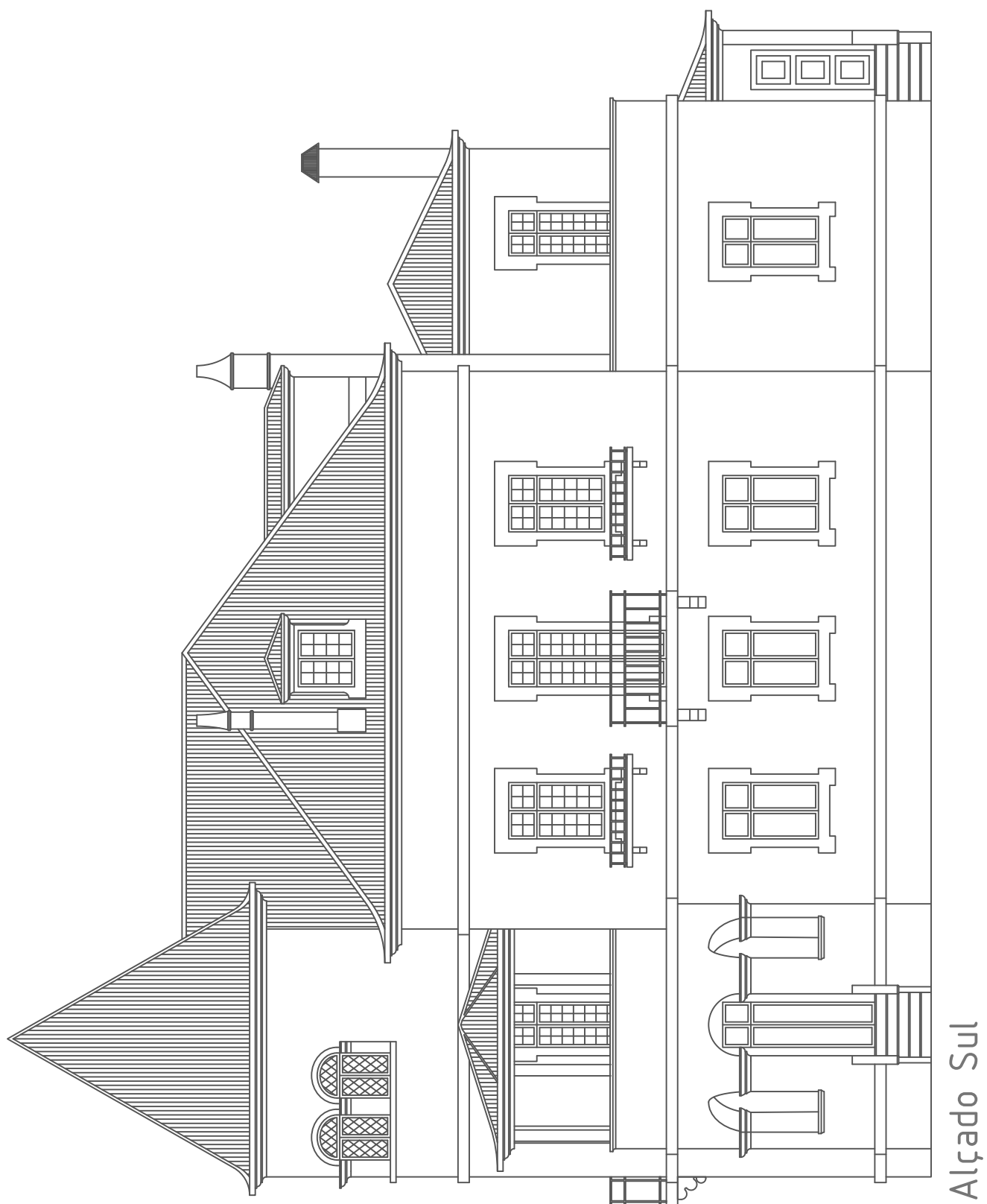




Alçado Norte



Alçado Poente



Alçado Sul



ESAD

Mestrado em
Design de Interiores

Doutora Graça Pedroso
Prof. Pedro Rodrigues

Costa do Sol:

Recuperar o Turismo de
Saúde de Acesso a Todos

Ana Patrícia
Botelho dos Santos

Projeto Termal:

Chalé S. Pedro, Rua de
Oliveira, nº1, Estoril

LEVANTAMENTO:
Alçado Sul

DATA:

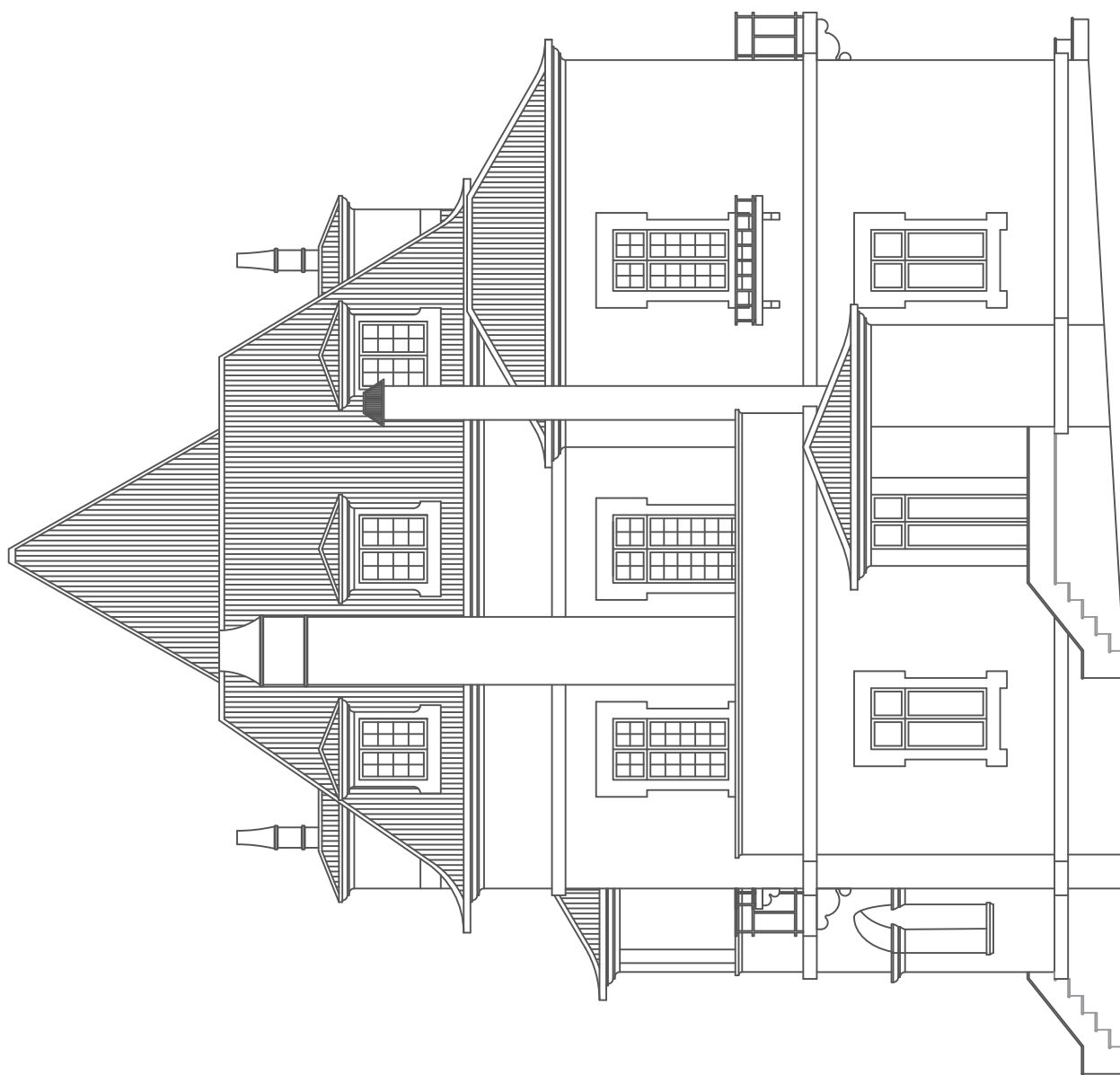
Julho 2018

ESCALA:

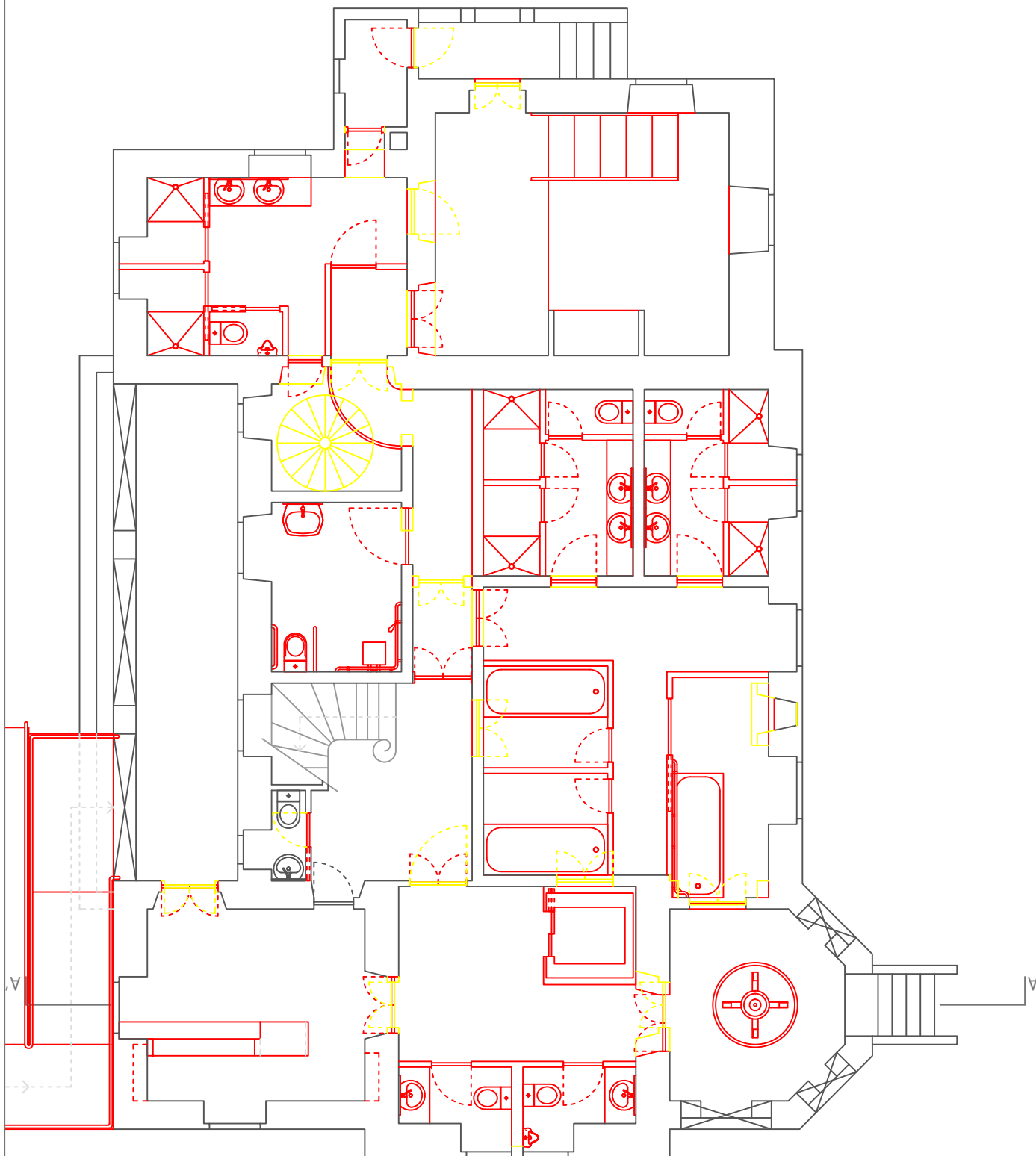
1/100

DESENHO:

01.07



Alçado Nascente



ESAD

Mestrado em
Design de Interiores

Doutora Graça Pedroso
Prof. Pedro Rodrigues

Costa do Sol:

Recuperar o Turismo de
Saúde de Acesso a Todos

Ana Patrícia
Botelho dos Santos

Projeto Termal:

Chalé S. Pedro, Rua de
Oliveira, nº1, Estoril

ALTERAÇÕES:

Planta Piso 0

DATA:

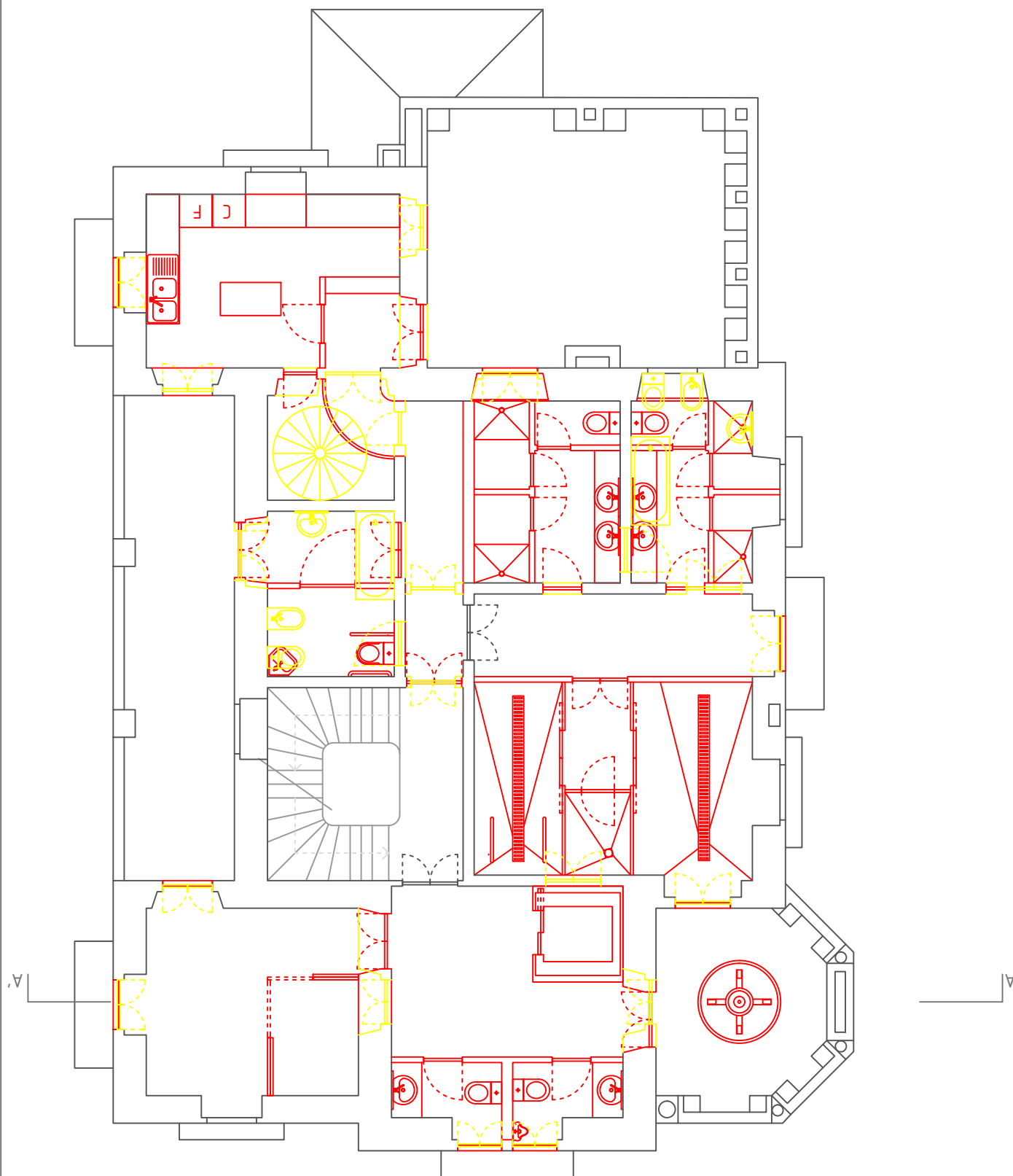
Julho 2018

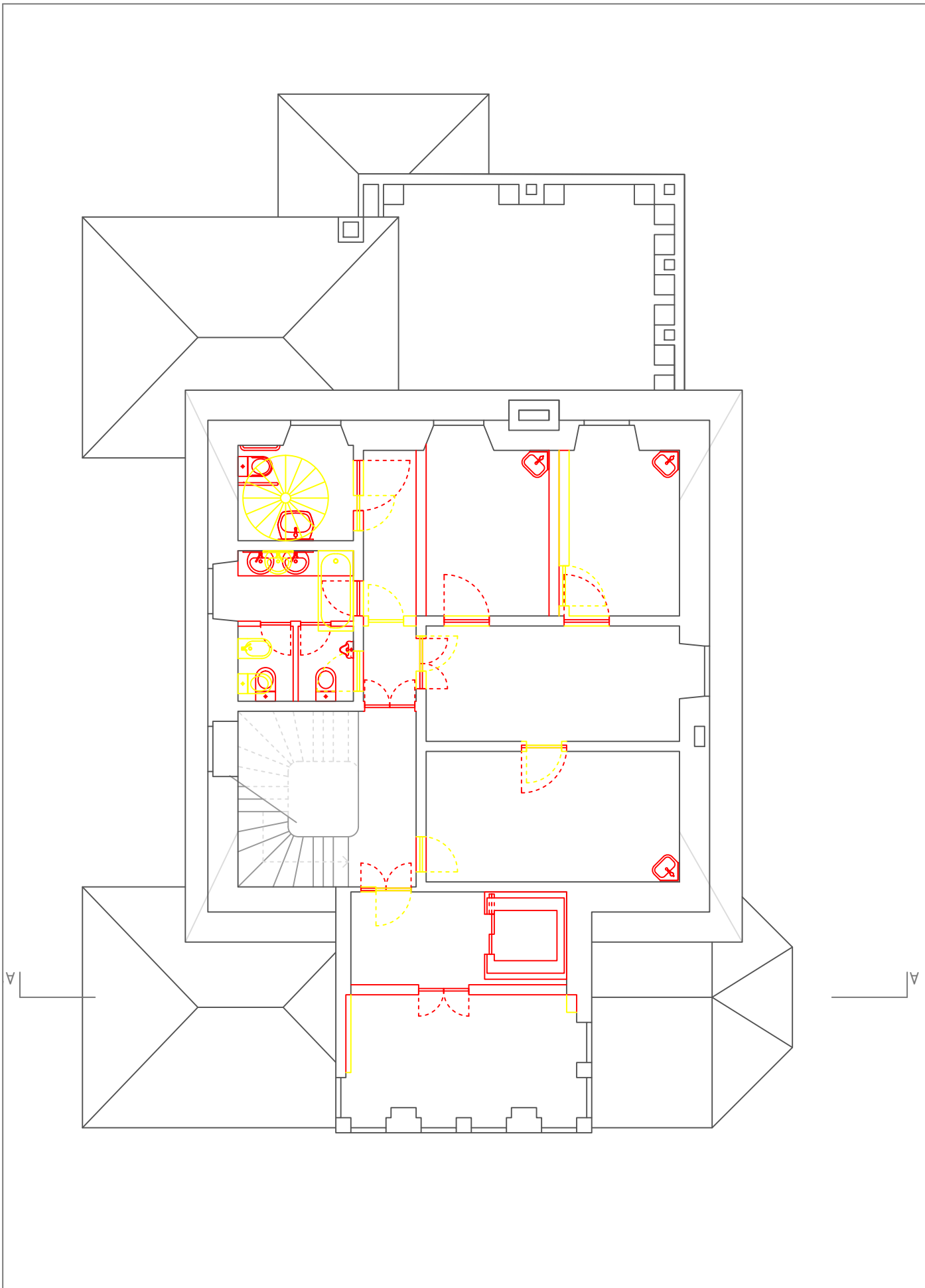
ESCALA:

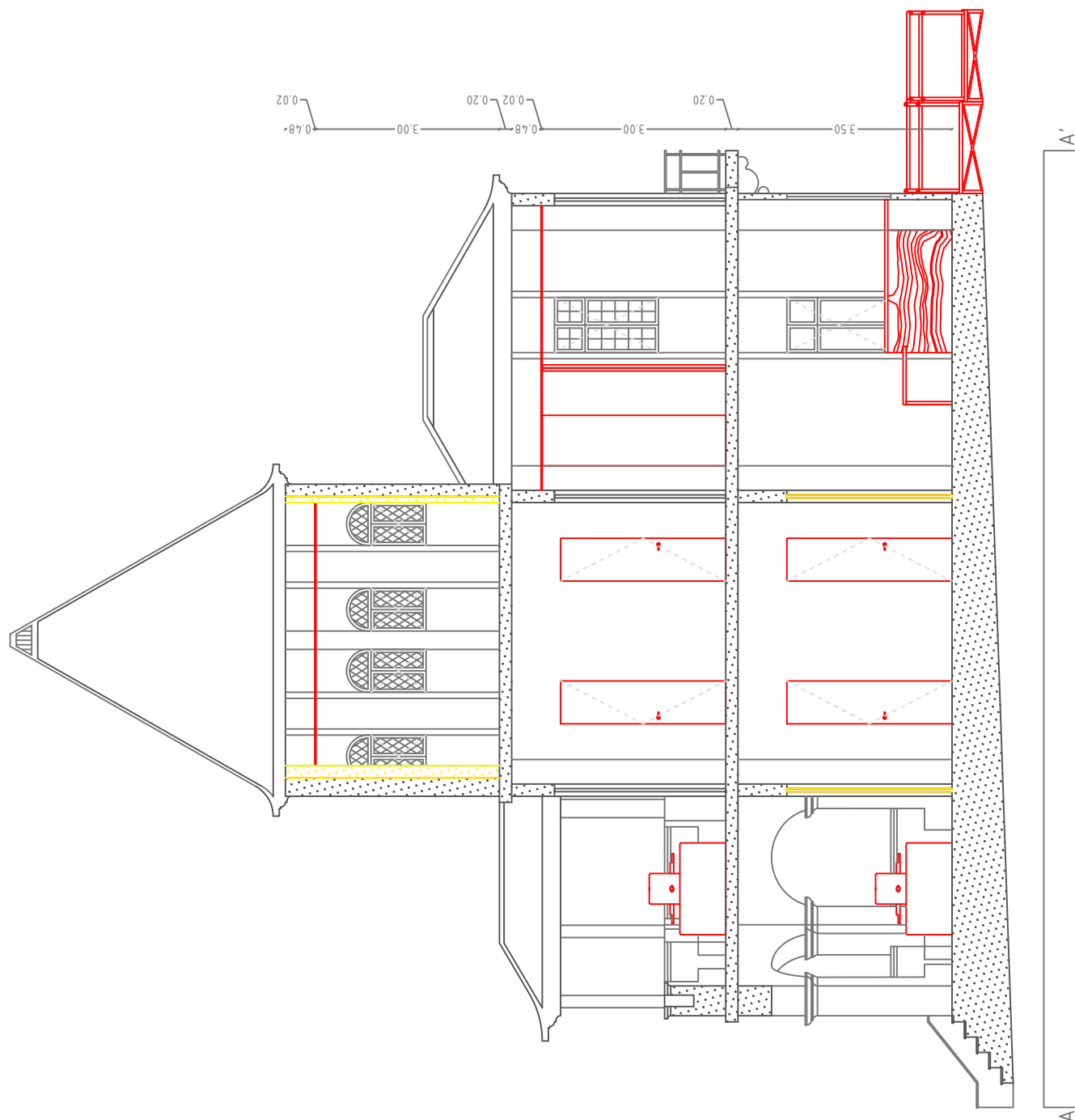
1/100

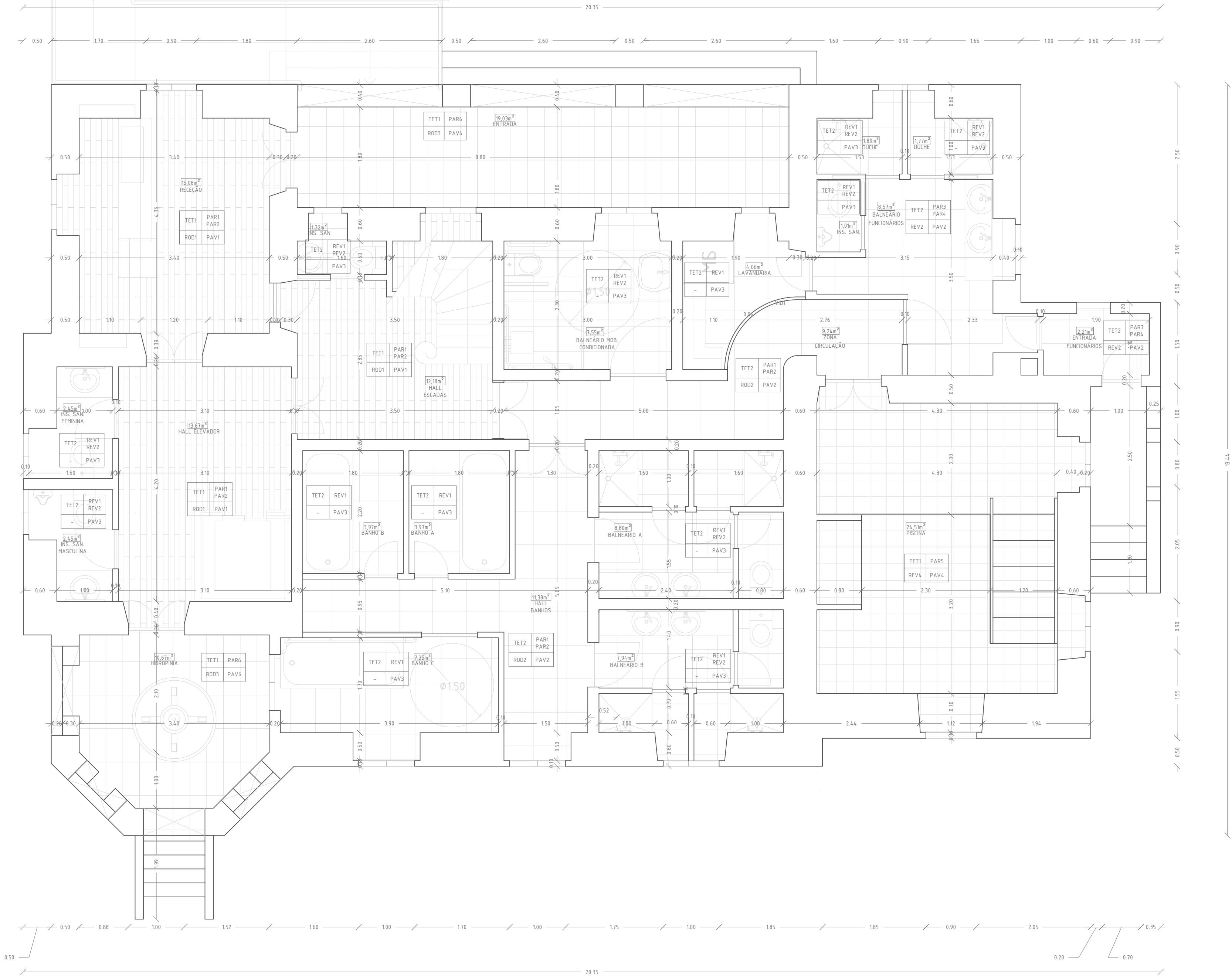
DESENHO:

02.01

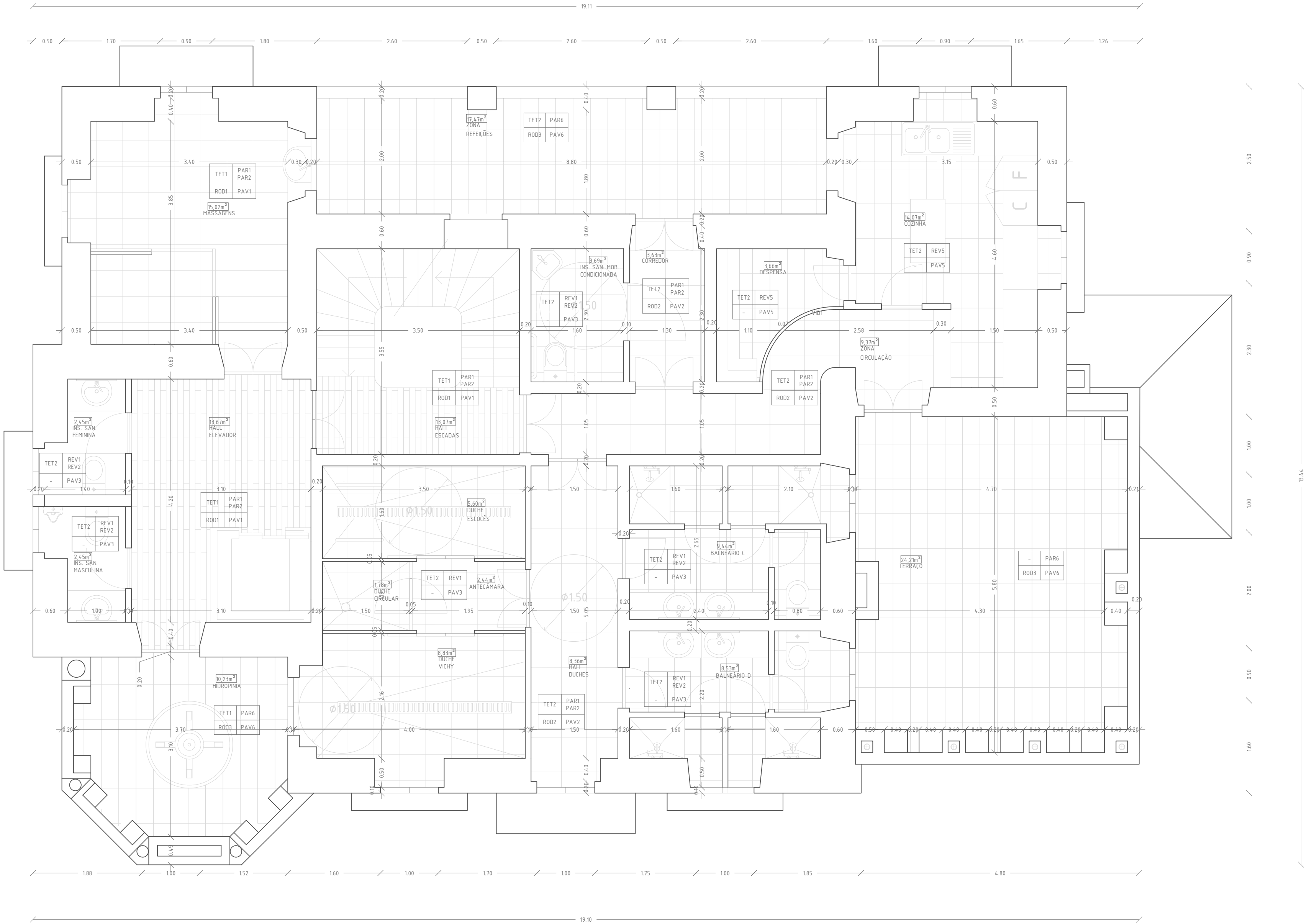




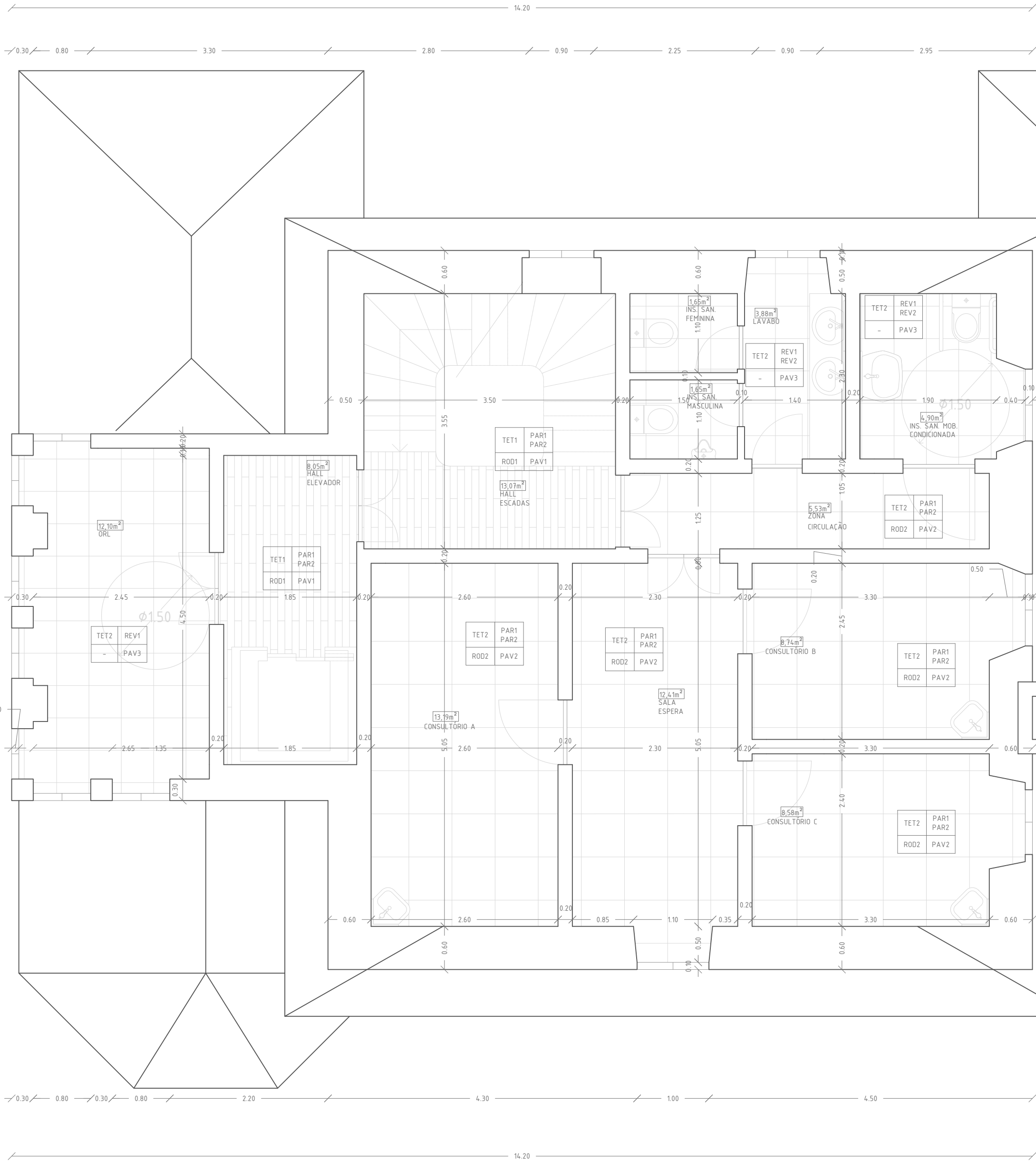




Materiais Construtivos	
TET1	Recuperar teto original - H 3,50m
TET2	Reparar teto original e colocar teto falso em gesso cartonado PLADUR H1 (resistente à água) - novo pé direito H 3,00m
PAR1	Recuperar paredes existentes e pintar com CIN CINACRYL E157 (Grão de Areia - Coleção Brancos Tendências)
PAR2	Construir paredes em gesso cartonado PLADUR H1 (resistente à água) e pintar com CIN CINACRYL, na cor E157 (Grão de Areia - Coleção Brancos Tendências)
PAR3	Recuperar paredes existentes e pintar com CIN CINACRYL, na cor 04W4
PAR4	Construir paredes em gesso cartonado PLADUR H1 (resistente à água) e pintar com CIN CINACRY, na cor 04W4
PAR5	Recuperar paredes existentes e pintar com CIN CINACRYL, na cor 04W4, a partir da altura de H=2m
PAR6	Recuperar paredes exteriores e pintar com CIN CINOXANO MINERAL, na cor 05A3. (Aferir a tonalidade correta em obra)
VID1	Divisória em VIDRO CURVO impresso VIDREIRA DE MIRANDELA
REV1	Betumar paredes novas e recuperar as paredes existentes. Revestir com PAVIGRÉS SAVANA - IVORY (MP95507) - 447mm x 897mm x H10,5mm
REV2	Betumar paredes novas e recuperar as paredes existentes. Revestir com PAVIGRÉS SAVANA IVORY (PP37507) - 297mm x 297mm x H10,5mm
REV3	Betumar paredes novas e recuperar as paredes existentes. Revestir com PAVIGRÉS SAVANA GREY (MP95505) - 447mm x 897mm x 10,5mm
REV4	Construção da piscina e revestir as paredes desta (até à altura de H=2m) com PAVIGRÉS SAVANA IVORY (PP20507) - 297mm x 297mm x 10,5mm
REV5	Recuperar as paredes existentes e revestir com PAVIGRÉS LUNE HYDRA (M6756) - 297mm x 597mm x 9,2mm
ROD1	Recuperar rodapé existente e dar tratamento indicado ao seu material
ROD2	Colocar rodapé PAVIGRÉS CITIES DELHI (RM8719RT) - 297mm x 597mm x 9,2mm
ROD3	Colocar rodapé PAVIGRÉS QUARTZITE ALASKA (RAD8774) - 95mm x 597mm x 9,2mm
PAV1	Recuperar pavimento existente e dar tratamento indicado ao seu material
PAV2	Colocar pavimento PAVIGRÉS CITIES DELHI (RM8719) - 597mm x 597mm x 10,5mm
PAV3	Colocar pavimento PAVIGRÉS GLADE BRANCO (M14733) - 447mm x 447mm x 9,1mm
PAV4	Construção da piscina e dos degraus de acesso e colocar pavimento PAVIGRÉS SAVANA IVORY (PP20507) - 297mm x 297mm x 10,5mm
PAV5	Colocar pavimento PAVIGRÉS LUNE HYDRA (M6756) - 297mm x 597mm x 9,2mm
PAV6	Colocar pavimento PAVIGRÉS QUARTZITE ALASKA (AD6774) - 297mm x 597mm x 9,2mm



Materiais Construtivos	
TET1	Recuperar teto original - H 3,50m
TET2	Reparar teto original e colocar teto falso em gesso cartonado PLADUR H1 (resistente à água) - novo pé direito H 3,00m
PAR1	Recuperar paredes existentes e pintar com CIN CINACRYL E157 (Grão de Areia - Coleção Brancos Tendências)
PAR2	Construir paredes em gesso cartonado PLADUR H1 (resistente à água) e pintar com CIN CINACRYL, na cor E157 (Grão de Areia - Coleção Brancos Tendências)
PAR3	Recuperar paredes existentes e pintar com CIN CINACRYL, na cor 04W4
PAR4	Construir paredes em gesso cartonado PLADUR H1 (resistente à água) e pintar com CIN CINACRY, na cor 04W4
PAR5	Recuperar paredes existentes e pintar com CIN CINACRYL, na cor 04W4, a partir da altura de H=2m
PAR6	Recuperar paredes exteriores e pintar com CIN CINOXANO MINERAL, na cor 05A3. (Aferir a tonalidade correta em obra)
VID1	Divisória em VIDRO CURVO impresso VIDREIRA DE MIRANDELA
REV1	Betumar paredes novas e recuperar as paredes existentes. Revestir com PAVIGRÉS SAVANA - IVORY (MP95507) - 447mm x 897mm x H10,5mm
REV2	Betumar paredes novas e recuperar as paredes existentes. Revestir com PAVIGRÉS SAVANA IVORY (PP37507) - 297mm x 297mm x H10,5mm
REV3	Betumar paredes novas e recuperar as paredes existentes. Revestir com PAVIGRÉS SAVANA GREY (MP95505) - 447mm x 897mm x 10,5mm
REV4	Construção da piscina e revestir as paredes desta (até à altura de H=2m) com PAVIGRÉS SAVANA IVORY (PP20507) - 297mm x 297mm x 10,5mm
REV5	Recuperar as paredes existentes e revestir com PAVIGRÉS LUNE HYDRA (M6756) - 297mm x 597mm x 9,2mm
ROD1	Recuperar rodapé existente e dar tratamento indicado ao seu material
ROD2	Colocar rodapé PAVIGRÉS CITIES DELHI (RM8719RT) - 297mm x 597mm x 9,2mm
ROD3	Colocar rodapé PAVIGRÉS QUARTZITE ALASKA (RAD8774) - 95mm x 597mm x 9,2mm
PAV1	Recuperar pavimento existente e dar tratamento indicado ao seu material
PAV2	Colocar pavimento PAVIGRÉS CITIES DELHI (RM8719) - 597mm x 597mm x 10,5mm
PAV3	Colocar pavimento PAVIGRÉS GLADE BRANCO (M14733) - 447mm x 447mm x 9,1mm
PAV4	Construção da piscina e dos degraus de acesso e colocar pavimento PAVIGRÉS SAVANA IVORY (PP20507) - 297mm x 297mm x 10,5mm
PAV5	Colocar pavimento PAVIGRÉS LUNE HYDRA (M6756) - 297mm x 597mm x 9,2mm
PAV6	Colocar pavimento PAVIGRÉS QUARTZITE ALASKA (AD6774) - 297mm x 597mm x 9,2mm



Materiais Construtivos	
TET1	Recuperar teto original - H 3,50m
TET2	Reparar teto original e colocar teto falso em gesso cartonado PLADUR H1 (resistente à água) - novo pé direito H 3,00m
PAR1	Recuperar paredes existentes e pintar com CIN CINACRYL E157 (Grão de Areia - Coleção Brancos Tendências)
PAR2	Construir paredes em gesso cartonado PLADUR H1 (resistente à água) e pintar com CIN CINACRYL, na cor E157 (Grão de Areia - Coleção Brancos Tendências)
PAR3	Recuperar paredes existentes e pintar com CIN CINACRYL, na cor 04W4
PAR4	Construir paredes em gesso cartonado PLADUR H1 (resistente à água) e pintar com CIN CINACRY, na cor 04W4
PAR5	Recuperar paredes existentes e pintar com CIN CINACRYL, na cor 04W4, a partir da altura de H=2m
PAR6	Recuperar paredes exteriores e pintar com CIN CINOXANO MINERAL, na cor 05A3. (Aferir a tonalidade correta em obra)
VID1	Divisória em VIDRO CURVO impresso VIDREIRA DE MIRANDELA
REV1	Betumar paredes novas e recuperar as paredes existentes. Revestir com PAVIGRÉS SAVANA - IVORY (MP95507) - 447mm x 897mm x H10,5mm
REV2	Betumar paredes novas e recuperar as paredes existentes. Revestir com PAVIGRÉS SAVANA IVORY (PP37507) - 297mm x 297mm x H10,5mm
REV3	Betumar paredes novas e recuperar as paredes existentes. Revestir com PAVIGRÉS SAVANA GREY (MP95505) - 447mm x 897mm x 10,5mm
REV4	Construção da piscina e revestir as paredes desta (até à altura de H=2m) com PAVIGRÉS SAVANA IVORY (PP20507) - 297mm x 297mm x 10,5mm
REV5	Recuperar as paredes existentes e revestir com PAVIGRÉS LUNE HYDRA (M6756) - 297mm x 597mm x 9,2mm
ROD1	Recuperar rodapé existente e dar tratamento indicado ao seu material
ROD2	Colocar rodapé PAVIGRÉS CITIES DELHI (RM8719RT) - 297mm x 597mm x 9,2mm
ROD3	Colocar rodapé PAVIGRÉS QUARTZITE ALASKA (RAD8774) - 95mm x 597mm x 9,2mm
PAV1	Recuperar pavimento existente e dar tratamento indicado ao seu material
PAV2	Colocar pavimento PAVIGRÉS CITIES DELHI (RM8719) - 597mm x 597mm x 10,5mm
PAV3	Colocar pavimento PAVIGRÉS GLADE BRANCO (M14733) - 447mm x 447mm x 9,1mm
PAV4	Construção da piscina e dos degraus de acesso e colocar pavimento PAVIGRÉS SAVANA IVORY (PP20507) - 297mm x 297mm x 10,5mm
PAV5	Colocar pavimento PAVIGRÉS LUNE HYDRA (M6756) - 297mm x 597mm x 9,2mm
PAV6	Colocar pavimento PAVIGRÉS QUARTZITE ALASKA (AD6774) - 297mm x 597mm x 9,2mm



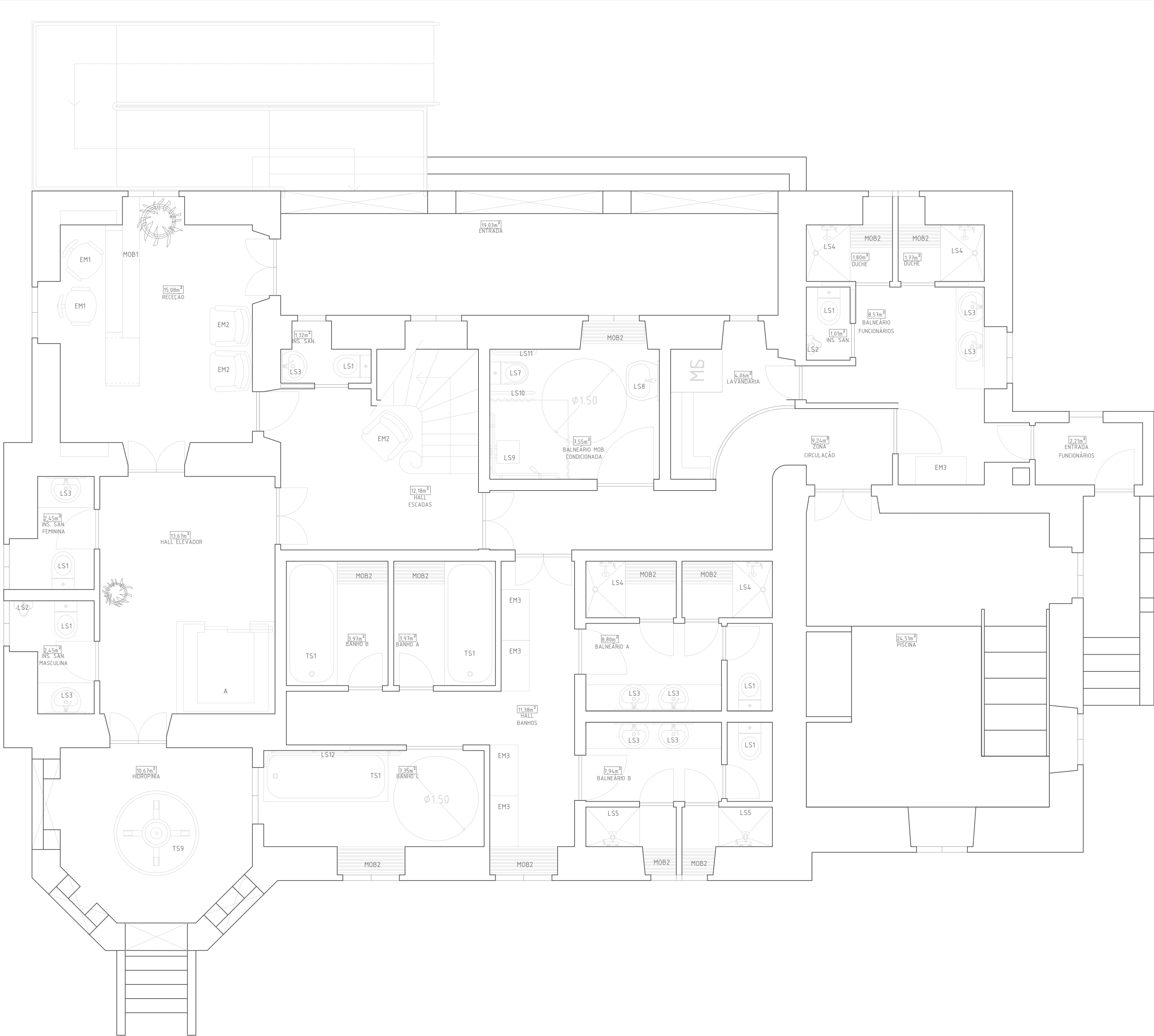
A

A'

Materiais Construtivos	
TET1	Recuperar teto original - H 3,50m
TET2	Reparar teto original e colocar teto falso em gesso cartonado PLADUR H1 (resistente à água) - novo pé direito H 3,00m
PAR1	Recuperar paredes existentes e pintar com CIN CINACRYL E157 (Grão de Areia - Coleção Brancos Tendências)
PAR2	Construir paredes em gesso cartonado PLADUR H1 (resistente à água) e pintar com CIN CINACRYL, na cor E157 (Grão de Areia - Coleção Brancos Tendências)
PAR3	Recuperar paredes existentes e pintar com CIN CINACRYL, na cor 04W4
PAR4	Construir paredes em gesso cartonado PLADUR H1 (resistente à água) e pintar com CIN CINACRY, na cor 04W4
PAR5	Recuperar paredes existentes e pintar com CIN CINACRYL, na cor 04W4, a partir da altura de H=2m
PAR6	Recuperar paredes exteriores e pintar com CIN CINOXANO MINERAL, na cor 05A3. (Aferir a tonalidade correta em obra)
VID1	Divisória em VIDRO CURVO impresso VIDREIRA DE MIRANDELA
REV1	Betumar paredes novas e recuperar as paredes existentes. Revestir com PAVIGRÉS SAVANA - IVORY (MP95507) - 447mm x 897mm x H10,5mm
REV2	Betumar paredes novas e recuperar as paredes existentes. Revestir com PAVIGRÉS SAVANA IVORY (PP37507) - 297mm x 297mm x H10,5mm
REV3	Betumar paredes novas e recuperar as paredes existentes. Revestir com PAVIGRÉS SAVANA GREY (MP95505) - 447mm x 897mm x 10,5mm
REV4	Construção da piscina e revestir as paredes desta (até à altura de H=2m) com PAVIGRÉS SAVANA IVORY (PP20507) - 297mm x 297mm x 10,5mm
REV5	Recuperar as paredes existentes e revestir com PAVIGRÉS LUNE HYDRA (M6756) - 297mm x 597mm x 9,2mm
ROD1	Recuperar rodapé existente e dar tratamento indicado ao seu material
ROD2	Colocar rodapé PAVIGRÉS CITIES DELHI (RM8719RT) - 297mm x 597mm x 9,2mm
ROD3	Colocar rodapé PAVIGRÉS QUARTZITE ALASKA (RAD8774) - 95mm x 597mm x 9,2mm
PAV1	Recuperar pavimento existente e dar tratamento indicado ao seu material
PAV2	Colocar pavimento PAVIGRÉS CITIES DELHI (RM8719) - 597mm x 597mm x 10,5mm
PAV3	Colocar pavimento PAVIGRÉS GLADE BRANCO (M14733) - 447mm x 447mm x 9,1mm
PAV4	Construção da piscina e dos degraus de acesso e colocar pavimento PAVIGRÉS SAVANA IVORY (PP20507) - 297mm x 297mm x 10,5mm
PAV5	Colocar pavimento PAVIGRÉS LUNE HYDRA (M6756) - 297mm x 597mm x 9,2mm
PAV6	Colocar pavimento PAVIGRÉS QUARTZITE ALASKA (AD6774) - 297mm x 597mm x 9,2mm

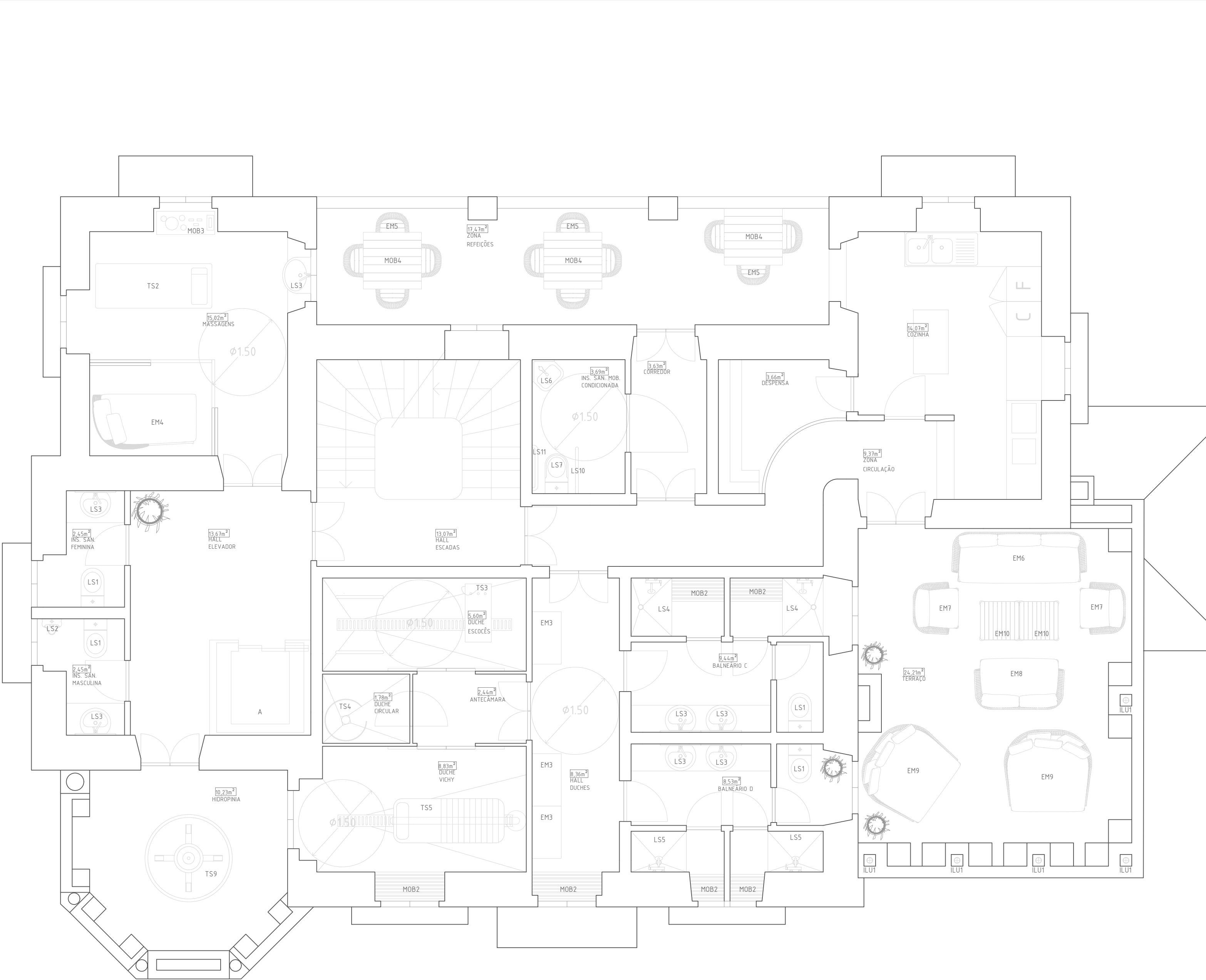
	Mestrado em Design de Interiores	Costa do Sol: Recuperar o Turismo de Saúde de Acesso a Todos	Projeto Termal: Chalé S. Pedro, Rua de Olivença, nº1, Estoril	DATA: Julho 2018
	Doutora Graça Pedroso Prof. Pedro Rodrigues	Ana Patrícia Botelho dos Santos	PROPOSTA: Corte AA'	ESCALA: 1/50
				DESENHO: 03.04


LOIÇAS SANITÁRIAS	
LS1	Sanita compacta 66cm NEXO SANITANA, com fixação e com descarga dual, cor Branca - 665mm x 360mm x 790mm
LS2	Urinol PIK SANITANA, com entrada vertical, cor Branca - 542mm x 361mm x 300mm
LS3	Lava-mãos 45 SANITANA, com fixação para aplicação mural - 460mm x 365mm x 175mm Misturadora de lavatório (5520301) ÍCONE ECO SANINDUSA, em latão cromado - 45mm x 135mm x 153mm
LS4	Base de Duche MARINA SANINDUSA, fundo textura de xisto, cor Branca - 1000mm x 700mm x 270mm Chuveiro de mão (564910) EKO 130 SANINDUSA, equipado com limitador de caudal e sistema de mistura ar/água, em ABS cromado (acrilonitrila butadieno estireno) - 130mm x 269mm Misturadora de base (5510701) TUBE ECO SANINDUSA, em latão cromado - 281mm x 55mm x 131mm
LS5	Base de Duche MARINA SANINDUSA, fundo textura de xisto, cor Branca - 900mm x 700mm x 270mm Chuveiro de mão (564910) EKO 130 SANINDUSA, equipado com limitador de caudal e sistema de mistura ar/água, em ABS cromado (acrilonitrila butadieno estireno) - 130mm x 269mm Misturadora de base (5510701) TUBE ECO SANINDUSA, em latão cromado - 281mm x 55mm x 131mm
LS6	Lava-mãos de canto 50 SANITANA, para aplicação mural - 494mm x 542mm x 138mm Misturadora de lavatório (5520301) ÍCONE ECO SANINDUSA, em latão cromado - 45mm x 135mm x 153mm
LS7	Sanita Mobilidade Condicionada COMPACTA MOBIL. SANITANA, cor Branca - 690mm x 360mm x 885mm
LS8	Lavatório Mobilidade Condicionada 65 MOBIL SANITANA, cor Branca - 640mm x 550mm x 170mm Misturadora de lavatório (5520301) ÍCONE ECO SANINDUSA, em latão cromado - 45mm x 135mm x 153mm
LS9	Banco de parede rebatível MOBIL SANITANA, em inox - 455mm x 505mm x 270mm Misturadora de base EASY SANINDUSA, em latão cromado - 220mm x 145mm x 107mm
LS10	Barra basculante 83 PORTA ROLOS SANITANA, em inox - 800mm x 40mm x 310mm
LS11	Barra recta 60cm de parede MOBIL SANITANA, em cor cromada - 40mm x 600mm x 100mm
LS12	Barra de apoio horizontal, em inox, feita por medida - ø45mm, 300mm x 2450mm
TURISMO DE SAÚDE	
TS1	Banheira de Hidromassagem CALIFORNIA 100 ARTECER, com revestimento e concha em branco Traffic (RAL 9016) - 2160mm x 900mm x 730/810mm
TS2	Mesa de Massagem ORIENT-GRANITO ARTECER, com - revestimento em Branco Traffic (RAL 9016) - 19750mm x 764mm x 530/830mm
TS3	Duche de Jato/Escocês ARTECER, com acabamento fosco acetinado - 1000mm x 450mm x 880mm
TS4	Duche Circular ARTECER, em Corian Branco e inox com acabamento fosco acetinado - ø700mm x 2100mm
TS5	Duche Vichy AC ARTECER, em inox com acabamento fosco acetinado - Lança: 2340mm x 120/350mm x 1180mm; Mural: 2000mm x 400mm x 1600mm; Marquesa: 1900mm x 760mm x 800/860mm
TS6	Módulo #2 ARTECER, com dois postos de tratamento, estrutura metálica em INOX: AISI 316L; cobertura e lavatório em Corian Branco; tubagens e válvulas em INOX AISI 316L/TEFLON com acabamento acetinado fosco; separadores visuais em Policarbonato fosco; sistema de água corrente inserido nos lavatórios; sistema de desinfecção automático; temporizador automático por tratamento (excreto Irrigação Nasal); douchette manual; dispensador de toalhetes de papel; bancos individuais com assento "bicicleta" almofadado; apoios ao chão com regulação de nivelamento - 1500mm x 710mm x 1260mm
TS7	Módulo #3 ARTECER, com três postos de tratamento, estrutura metálica em INOX: AISI 316L; cobertura e lavatório em Corian Branco; tubagens e válvulas em INOX AISI 316L/TEFLON com acabamento acetinado fosco; separadores visuais em Policarbonato fosco; sistema de água corrente inserido nos lavatórios; sistema de desinfecção automático; temporizador automático por tratamento (excreto Irrigação Nasal); douchette manual; dispensador de toalhetes de papel; bancos individuais com assento "bicicleta" almofadado; apoios ao chão com regulação de nivelamento - 2250mm x 710mm x 1260mm
TS8	Tratamentos de ORL: Aerosol: AC-01 ARTECER, com estrutura e pulverizador em poliacetal com acabamento fosco acetinado - 150mm x 110mm x 225mm; Irrigador: AC-01 ARTECER, com estrutura em inox AISI 316L com acabamento fosco acetinado - 120mm x 180mm x 880mm; Nebulizador: AC-01 ARTECER, com estrutura e pulverizador em inox AISI 316L com acabamento fosco acetinado - 120mm x 180mm x 880mm; Pulverizador: AC-01 ARTECER, com estrutura e pulverizador em inox AISI 316L com acabamento fosco acetinado - 120mm x 180mm x 880mm; Campânula: SAD ARTECER, com estrutura em porcelana técnica em branco - 120mm x 180mm x 880mm
TS9	Buvette para tratamento de Hidropnia - ø1500mm x 1250mm (750mm de altura para acesso à torneira)
EQUIPAMENTO DESENHADO	
MOB1	Balcão da Entrada - 3350mm x 600mm x 1100mm
MOB2	Banco de apoio para ginásio e zonas de tratamento - 460mm x H450mm (a largura varia consoante o local, tendo que a medida ser aferida em obra
MOB3	Carrinho de apoio para as massagens - 1000mm x 400mm x 920mm
MOB4	Mesa de refeições - 1000mm x 980mm x 850mm
EQUIPAMENTO MÓVEL	
EM1	Cadeira ergonómica de 5 rodas OFX09 GALLOTTI & RADICE, com braços em cromado e revestida a couro ecológico branco - 500mm x 660mm x 1150/1220mm
EM2	Cadeirão OCCASIONAL LOUNGE CHAIR BY JASPER MORRISON VITRA, com pés em plástico e acabamento em rayon e linho na cor 07 alabaster - 735mm x 725mm x 705mm
EM3	Cacifo com 6 compartimentos DESIGN MANUTAN, com 3 colunas de 300mm, pés reguláveis, ventilação nas portas, com chave, com estrutra em chapa de aço em cinzento claro (RAL 7016/7035) - 900mm x 500mm x 1800mm
EM4	Chaise longue CTR MERIDIENNE 01103 TRIBÜ, com braço à esquerda, com estrutura em aço inoxidável na cor 89 Wengué, acento estufado em acrílico na cor Luxury Lys B20 - 940mm x 1790mm x 860mm
EM5	Cadeirão MOOD 06218 TRIBÜ, em madeira de teca na cor 85 Earthbrown - 600mm x 580mm x 770mm
EM6	Sofá de 3 lugares MOOD 06209 TRIBÜ, em madeira de teca, tecido acrílico na cor B32 Luxury Pure White - 2320mm x 840mm x 750mm
EM7	Lounge chair MOOD 06203 TRIBÜ, em madeira de teca, tecido acrílico na cor B32 Luxury Pure White - 820mm x 780mm x 750mm
EM8	Sofá de 2 lugares MOOD 06208 TRIBÜ, em madeira de teca, tecido acrílico na cor B32 Luxury Pure White - 1630mm x 770mm x 690mm
EM9	Louge bed MOOD 06250 TRIBÜ, em madeira de teca, tecido acrílico na cor B32 Luxury Pure White - 1500mm x 1380mm x 690mm
EM10	Mesa de centro MOOD 06282 TRIBÜ, em madeira de teca - 660mm x 660mm x 280mm
EM11	Cadeira ergonómica de 5 rodas OFX09 GALLOTTI & RADICE, com braços em cromado e revestida a couro ecológico branco - 500mm x 620mm x 850/920mm
EM12	Secretária AIR DESK GALLOTTI & RADICE, em vidro temperado de 12mm, estrutura em aço inoxidável - 1200mm x 800mm x 740mm
EM13	Secretária AIR DESK GALLOTTI & RADICE, em vidro temperado de 12mm, estrutura em aço inoxidável - 1800mm x 900mm x 740mm
EM14	Sistema modular AIR UP GALLOTTI & RADICE, em madeira revestida a vidro pintado - 900mm x 510mm x 481mm
EM15	Sistema modular AIR UP GALLOTTI & RADICE, em madeira revestida a vidro pintado - 1200mm x 510mm x 481mm
EM16	Marquesa de 3 corpos elétrica C5556 ARTECER, em pele sintética cinza - 1970mm x 960mm x 470/890mm
ILUMINAÇÃO	
ILU1	Candeiro de mesa para exterior JUNE 4790 VIBIA, em alumínio, com acabamento lacado a castanho escuro mate, e policarbonato - ø105mm x 135mm
ILU2	Candeiro de mesa FLEX 0751 VIBIA, em alumínio com acabamento em lacado branco mate (RAL 9016), com altura ajustável - 650mm x 170mm x 470/610mm
A	Elevador TECHNOLOGY SYNERGY SEED THYSSENKRUPP, com painel em aço revestido Skinplate branco, teto pintado de branco com 4 focos LED, espelho de 5mm de vidro temperado na parede traseira, corrimão robusto de aço inoxidável ø38mm, pavimento em vinil com alta resistência na cor Stone Beige, painel de operação da cabina (COP) White Moon, painel de operação do patamar (LOP) 53 - 1740mm x 1635mm



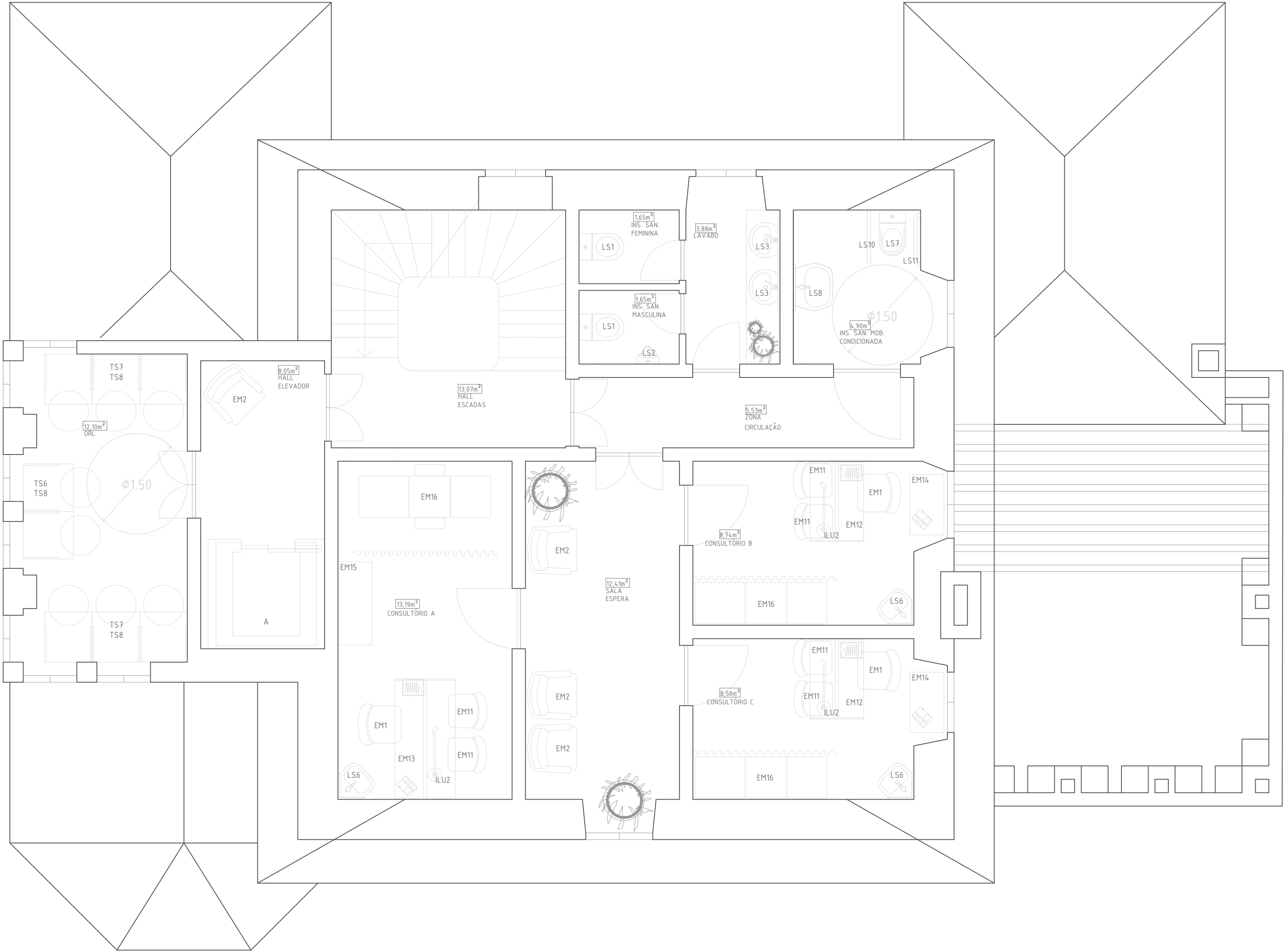
	Mestrado em Design de Interiores	Costa do Sol: Recuperar o Turismo de Saúde de Acesso a Todos	Projeto Termal: Chalé S. Pedro, Rua de Olivença, nº1, Estoril	DATA: Julho 2018
	Doutora Graça Pedroso Prof. Pedro Rodrigues	Ana Patrícia Botelho dos Santos	EXECUÇÃO: Planta de Equipamentos do Piso 0	ESCALA: 1/50
				DESENHO: 04.01

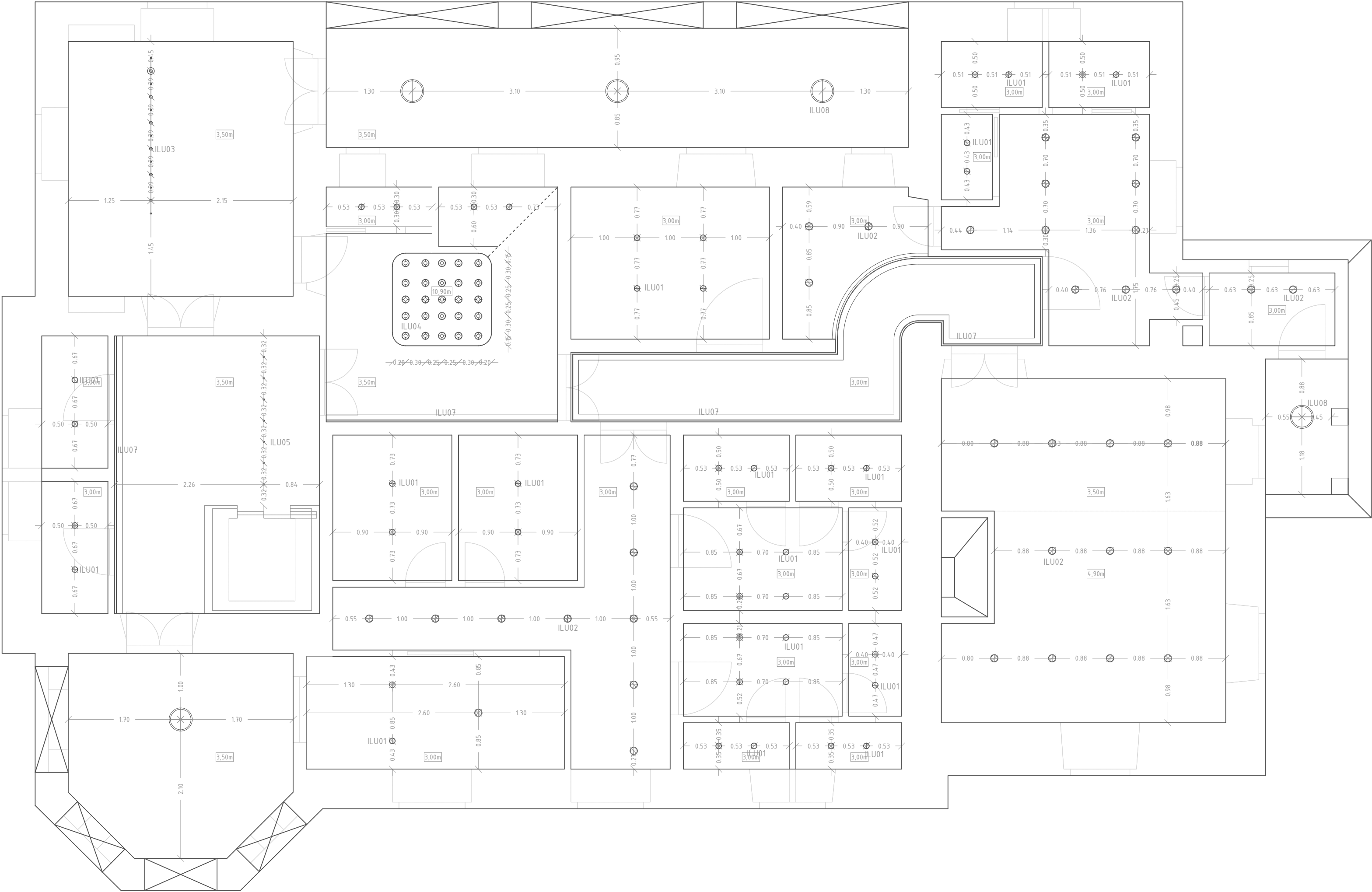
LOIÇAS SANITÁRIAS	
LS1	Sanita compacta 66cm NEXO SANITANA, com fixação e com descarga dual, cor Branca - 665mm x 360mm x 790mm
LS2	Urinol PIK SANITANA, com entrada vertical, cor Branca - 542mm x 361mm x 300mm
LS3	Lava-mãos 45 SANITANA, com fixação para aplicação mural - 460mm x 365mm x 175mm Misturadora de lavatório (5520301) ÍCONE ECO SANINDUSA, em latão cromado - 45mm x 135mm x 153mm
LS4	Base de Duche MARINA SANINDUSA, fundo textura de xisto, cor Branca - 1000mm x 700mm x 270mm Chuveiro de mão (564910) EKO 130 SANINDUSA, equipado com limitador de caudal e sistema de mistura ar/água, em ABS cromado (acrilonitrila butadieno estireno) - 130mm x 269mm Misturadora de base (5510701) TUBE ECO SANINDUSA, em latão cromado - 281mm x 55mm x 131mm
LS5	Base de Duche MARINA SANINDUSA, fundo textura de xisto, cor Branca - 900mm x 700mm x 270mm Chuveiro de mão (564910) EKO 130 SANINDUSA, equipado com limitador de caudal e sistema de mistura ar/água, em ABS cromado (acrilonitrila butadieno estireno) - 130mm x 269mm Misturadora de base (5510701) TUBE ECO SANINDUSA, em latão cromado - 281mm x 55mm x 131mm
LS6	Lava-mãos de canto 50 SANITANA, para aplicação mural - 494mm x 542mm x 138mm Misturadora de lavatório (5520301) ÍCONE ECO SANINDUSA, em latão cromado - 45mm x 135mm x 153mm
LS7	Sanita Mobilidade Condicionada COMPACTA MOBIL SANITANA, cor Branca - 690mm x 360mm x 885mm
LS8	Lavatório Mobilidade Condicionada 65 MOBIL SANITANA, cor Branca - 640mm x 550mm x 170mm Misturadora de lavatório (5520301) ÍCONE ECO SANINDUSA, em latão cromado - 45mm x 135mm x 153mm
LS9	Banco de parede rebatível MOBIL SANITANA, em inox - 455mm x 505mm x 270mm Misturadora de base EASY SANINDUSA, em latão cromado - 220mm x 145mm x 107mm
LS10	Barra basculante 83 PORTA ROLOS SANITANA, em inox - 800mm x 40mm x 310mm
LS11	Barra recta 60cm de parede MOBIL SANITANA, em cor cromada - 40mm x 600mm x 100mm
LS12	Barra de apoio horizontal, em inox, feita por medida - ø45mm, 300mm x 2450mm
TURISMO DE SAÚDE	
TS1	Banheira de Hidromassagem CALIFORNIA 100 ARTECER, com revestimento e concha em branco Traffic (RAL 9016) - 2160mm x 900mm x 730/810mm
TS2	Mesa de Massagem ORIENT-GRANITO ARTECER, com - revestimento em Branco Traffic (RAL 9016) - 19750mm x 764mm x 530/830mm
TS3	Duche de Jato/Escocês ARTECER, com acabamento fosco acetinado - 1000mm x 450mm x 880mm
TS4	Duche Circular ARTECER, em Corian Branco e inox com acabamento fosco acetinado - ø700mm x 2100mm
TS5	Duche Vichy AC ARTECER, em inox com acabamento fosco acetinado - Lança: 2340mm x 120/350mm x 1180mm; Mural: 2000mm x 400mm x 1600mm; Marquesa: 1900mm x 760mm x 800/860mm
TS6	Módulo #2 ARTECER, com dois postos de tratamento, estrutura metálica em INOX: AISI 316L; cobertura e lavatório em Corian Branco; tubagens e válvulas em INOX AISI 316L/TEFLON com acabamento acetinado fosco; separadores visuais em Policarbonato fosco; sistema de água corrente inserido nos lavatórios; sistema de desinfecção automático; temporizador automático por tratamento (excreto Irrigação Nasal); douchette manual; dispensador de toalhetes de papel; bancos individuais com assento "bicicleta" almofadado; apoios ao chão com regulação de nivelamento - 1500mm x 710mm x 1260mm
TS7	Módulo #3 ARTECER, com três postos de tratamento, estrutura metálica em INOX: AISI 316L; cobertura e lavatório em Corian Branco; tubagens e válvulas em INOX AISI 316L/TEFLON com acabamento acetinado fosco; separadores visuais em Policarbonato fosco; sistema de água corrente inserido nos lavatórios; sistema de desinfecção automático; temporizador automático por tratamento (excreto Irrigação Nasal); douchette manual; dispensador de toalhetes de papel; bancos individuais com assento "bicicleta" almofadado; apoios ao chão com regulação de nivelamento - 2250mm x 710mm x 1260mm
TS8	Tratamentos de ORL: Aerosol: AC-01 ARTECER, com estrutura e pulverizador em poliacetal com acabamento fosco acetinado - 150mm x 110mm x 225mm; Irrigador: AC-01 ARTECER, com estrutura em inox AISI 316L com acabamento fosco acetinado - 120mm x 180mm x 880mm; Nebulizador: AC-01 ARTECER, com estrutura e pulverizador em inox AISI 316L com acabamento fosco acetinado - 120mm x 180mm x 880mm; Pulverizador: AC-01 ARTECER, com estrutura e pulverizador em inox AISI 316L com acabamento fosco acetinado - 120mm x 180mm x 880mm; Campânula: SAD ARTECER, com estrutura em porcelana técnica em branco - 120mm x 180mm x 880mm
TS9	Buvette para tratamento de Hidropinia - ø1500mm x 1250mm (750mm de altura para acesso à torneira)
EQUIPAMENTO DESENHADO	
MOB1	Balcão da Entrada - 3350mm x 600mm x 1100mm
MOB2	Banco de apoio para ginásio e zonas de tratamento - 460mm x H450mm (a largura varia consoante o local, tendo que a medida ser aferida em obra
MOB3	Carrinho de apoio para as massagens - 1000mm x 400mm x 920mm
MOB4	Mesa de refeições - 1000mm x 980mm x 850mm
EQUIPAMENTO MÓVEL	
EM1	Cadeira ergonómica de 5 rodas OFX09 GALLOTTI & RADICE, com braços em cromado e revestida a couro ecológico branco - 500mm x 660mm x 1150/1220mm
EM2	Cadeira OCCASIONAL LOUNGE CHAIR BY JASPER MORRISON VITRA, com pés em plástico e acabamento em rayon e linho na cor 07 alabaster - 735mm x 725mm x 705mm
EM3	Cacifo com 6 compartimentos DESIGN MANUTAN, com 3 colunas de 300mm, pés reguláveis, ventilação nas portas, com chave, com estrutra em chapa de aço em cinzento claro (RAL 7016/7035) - 900mm x 500mm x 1800mm
EM4	Chaise longue CTR MERIDIENNE 0103 TRIBU, com braço à esquerda, com estrutura em aço inoxidável na cor 89 Wengué, acento estufado em acrílico na cor Luxury Lys B20 - 940mm x 1790mm x 860mm
EM5	Cadeira MOOD 06218 TRIBU, em madeira de teca na cor 85 Earthbrown - 600mm x 580mm x 770mm
EM6	Sofá de 3 lugares MOOD 06209 TRIBU, em madeira de teca, tecido acrílico na cor B32 Luxury Pure White - 2320mm x 840mm x 750mm
EM7	Lounge chair MOOD 06203 TRIBU, em madeira de teca, tecido acrílico na cor B32 Luxury Pure White - 820mm x 780mm x 750mm
EM8	Sofá de 2 lugares MOOD 06208 TRIBU, em madeira de teca, tecido acrílico na cor B32 Luxury Pure White - 1630mm x 770mm x 690mm
EM9	Louge bed MOOD 06250 TRIBU, em madeira de teca, tecido acrílico na cor B32 Luxury Pure White - 1500mm x 1380mm x 690mm
EM10	Mesa de centro MOOD 06282 TRIBU, em madeira de teca - 660mm x 660mm x 280mm
EM11	Cadeira ergonómica de 5 rodas OFX09 GALLOTTI & RADICE, com braços em cromado e revestida a couro ecológico branco - 500mm x 620mm x 850/920mm
EM12	Secretária AIR DESK GALLOTTI & RADICE, em vidro temperado de 12mm, estrutura em aço inoxidável - 1200mm x 800mm x 740mm
EM13	Secretária AIR DESK GALLOTTI & RADICE, em vidro temperado de 12mm, estrutura em aço inoxidável - 1800mm x 900mm x 740mm
EM14	Sistema modular AIR UP GALLOTTI & RADICE, em madeira revestida a vidro pintado - 900mm x 510mm x 481mm
EM15	Sistema modular AIR UP GALLOTTI & RADICE, em madeira revestida a vidro pintado - 1200mm x 510mm x 481mm
EM16	Marquesa de 3 corpos elétrica C5556 ARTECER, em pele sintética cinza - 1970mm x 960mm x 470/890mm
ILUMINAÇÃO	
ILU1	Candeieiro de mesa para exterior JUNE 4790 VIBIA, em alumínio, com acabamento lacado a castanho escuro mate, e policarbonato - ø105mm x 135mm
ILU2	Candeieiro de mesa FLEX 0751 VIBIA, em alumínio com acabamento em lacado branco mate (RAL 9016), com altura ajustável - 650mm x 170mm x 470/610mm
A	Elevador TECHNOLOGY SYNERGY SEED THYSSENKRUPP, com painel em aço revestido Skinplate branco, teto pintado de branco com 4 focos LED, espelho de 5mm de vidro temperado na parede traseira, corrimão robusto de aço inoxidável ø38mm, pavimento em vinil com alta resistência na cor Stone Beige, painel de operação da cabina (COP) White Moon, painel de operação do patamar (LOP) 53 - 1740mm x 1635mm



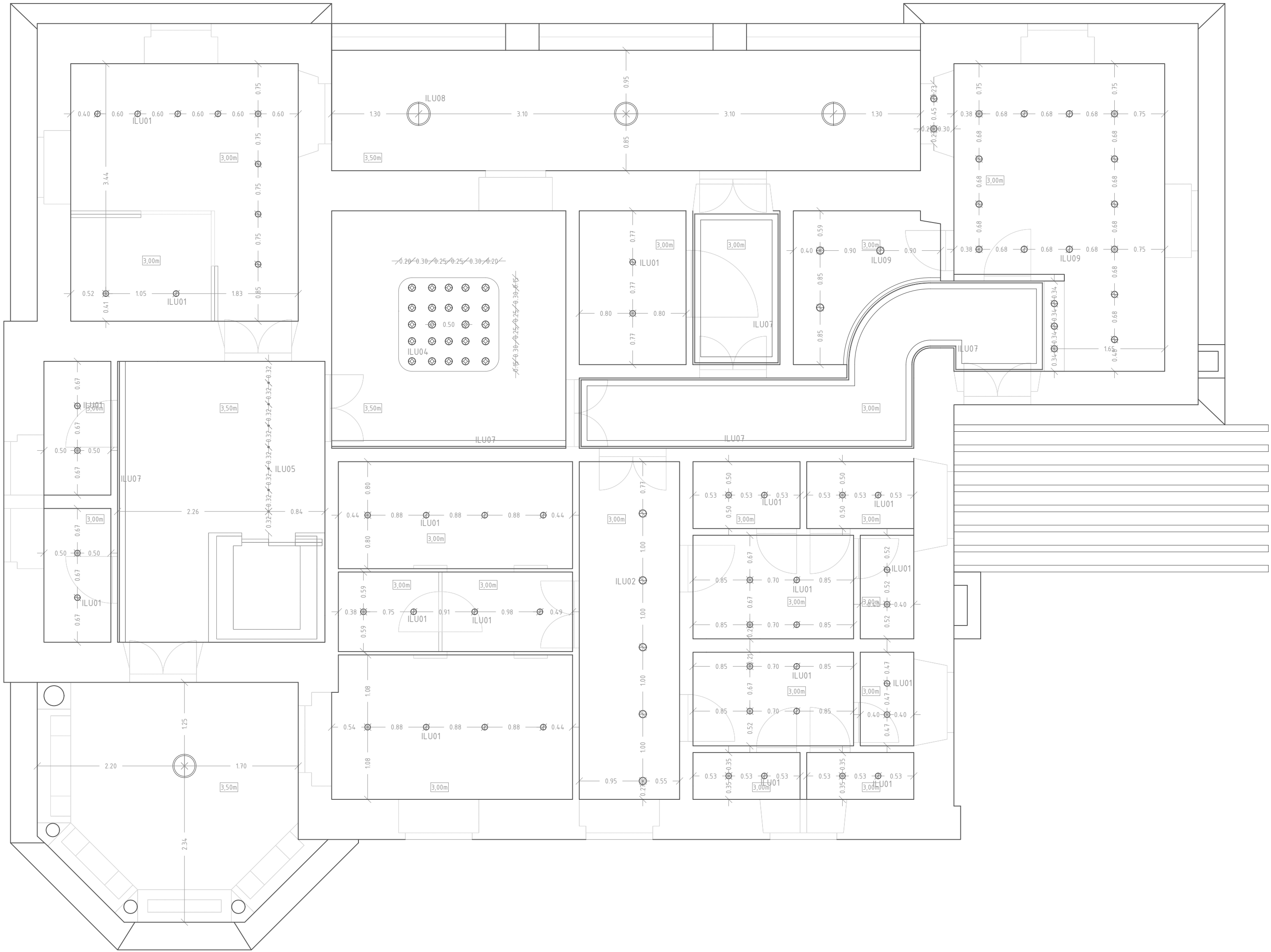
	Mestrado em Design de Interiores	Costa do Sol: Recuperar o Turismo de Saúde de Acesso a Todos	Projeto Termal: Chalé S. Pedro, Rua de Oliveira, nº1, Estoril	DATA: Julho 2018
	Doutora Graça Pedroso Prof. Pedro Rodrigues	Ana Patrícia Botelho dos Santos	EXECUÇÃO: Planta de Equipamentos do Piso 1	ESCALA: 1/50 DESENHO: 04.02

LOIÇAS SANITÁRIAS	
LS1	Sanita compacta 66cm NEXO SANITANA, com fixação e com descarga dual, cor Branca - 665mm x 360mm x 790mm
LS2	Urinol PIK SANITANA, com entrada vertical, cor Branca - 542mm x 361mm x 300mm
LS3	Lava-mãos 45 SANITANA, com fixação para aplicação mural - 460mm x 365mm x 175mm Misturadora de lavatório (5520301) ÍCONE ECO SANINDUSA, em latão cromado - 45mm x 135mm x 153mm
LS4	Base de Duche MARINA SANINDUSA, fundo textura de xisto, cor Branca - 1000mm x 700mm x 270mm Chuveiro de mão (564910) EKO 130 SANINDUSA, equipado com limitador de caudal e sistema de mistura ar/água, em ABS cromado (acrilonitrila butadieno estireno) - 130mm x 269mm Misturadora de base (5510701) TUBE ECO SANINDUSA, em latão cromado - 281mm x 55mm x 131mm
LS5	Base de Duche MARINA SANINDUSA, fundo textura de xisto, cor Branca - 900mm x 700mm x 270mm Chuveiro de mão (564910) EKO 130 SANINDUSA, equipado com limitador de caudal e sistema de mistura ar/água, em ABS cromado (acrilonitrila butadieno estireno) - 130mm x 269mm Misturadora de base (5510701) TUBE ECO SANINDUSA, em latão cromado - 281mm x 55mm x 131mm
LS6	Lava-mãos de canto 50 SANITANA, para aplicação mural - 494mm x 542mm x 138mm Misturadora de lavatório (5520301) ÍCONE ECO SANINDUSA, em latão cromado - 45mm x 135mm x 153mm
LS7	Sanita Mobilidade Condicionada COMPACTA MOBIL SANITANA, cor Branca - 690mm x 360mm x 885mm
LS8	Lavatório Mobilidade Condicionada 65 MOBIL SANITANA, cor Branca - 640mm x 550mm x 170mm Misturadora de lavatório (5520301) ÍCONE ECO SANINDUSA, em latão cromado - 45mm x 135mm x 153mm
LS9	Banco de parede rebatível MOBIL SANITANA, em inox - 455mm x 505mm x 270mm Misturadora de base EASY SANINDUSA, em latão cromado - 220mm x 145mm x 107mm
LS10	Barra basculante 83 PORTA ROLOS SANITANA, em inox - 800mm x 40mm x 310mm
LS11	Barra recta 60cm de parede MOBIL SANITANA, em cor cromada - 40mm x 600mm x 100mm
LS12	Barra de apoio horizontal, em inox, feita por medida - ø45mm, 300mm x 2450mm
TURISMO DE SAÚDE	
TS1	Banheira de Hidromassagem CALIFORNIA 100 ARTECER, com revestimento e concha em branco Traffic (RAL 9016) - 2160mm x 900mm x 730/810mm
TS2	Mesa de Massagem ORIENT-GRANITO ARTECER, com - revestimento em Branco Traffic (RAL 9016) - 19750mm x 764mm x 530/830mm
TS3	Duche de Jato/Escocês ARTECER, com acabamento fosco acetinado - 1000mm x 450mm x 880mm
TS4	Duche Circular ARTECER, em Corian Branco e inox com acabamento fosco acetinado - ø700mm x 2100mm
TS5	Duche Vichy AC ARTECER, em inox com acabamento fosco acetinado - Lança: 2340mm x 120/350mm x 1180mm; Mural: 2000mm x 400mm x 1600mm; Marquesa: 1900mm x 760mm x 800/860mm
TS6	Módulo #2 ARTECER, com dois postos de tratamento, estrutura metálica em INOX: AISI 316L; cobertura e lavatório em Corian Branco; tubagens e válvulas em INOX AISI 316L/TEFLON com acabamento acetinado fosco; separadores visuais em Policarbonato fosco; sistema de água corrente inserido nos lavatórios; sistema de desinfecção automático; temporizador automático por tratamento (excreto Irrigação Nasal); douchette manual; dispensador de toalhetes de papel; bancos individuais com assento "bicicleta" almofadado; apoios ao chão com regulação de nivelamento - 1500mm x 710mm x 1260mm
TS7	Módulo #3 ARTECER, com três postos de tratamento, estrutura metálica em INOX: AISI 316L; cobertura e lavatório em Corian Branco; tubagens e válvulas em INOX AISI 316L/TEFLON com acabamento acetinado fosco; separadores visuais em Policarbonato fosco; sistema de água corrente inserido nos lavatórios; sistema de desinfecção automático; temporizador automático por tratamento (excreto Irrigação Nasal); douchette manual; dispensador de toalhetes de papel; bancos individuais com assento "bicicleta" almofadado; apoios ao chão com regulação de nivelamento - 2250mm x 710mm x 1260mm
TS8	Tratamentos de ORL: Aerosol: AC-01 ARTECER, com estrutura e pulverizador em poliacetal com acabamento fosco acetinado - 150mm x 110mm x 225mm; Irrigador: AC-01 ARTECER, com estrutura em inox AISI 316L com acabamento fosco acetinado - 120mm x 180mm x 880mm; Nebulizador: AC-01 ARTECER, com estrutura e pulverizador em inox AISI 316L com acabamento fosco acetinado - 120mm x 180mm x 880mm; Pulverizador: AC-01 ARTECER, com estrutura e pulverizador em inox AISI 316L com acabamento fosco acetinado - 120mm x 180mm x 880mm; Campânula: SAD ARTECER, com estrutura em porcelana técnica em branco - 120mm x 180mm x 880mm
TS9	Buvette para tratamento de Hidropinia - ø1500mm x 1250mm (750mm de altura para acesso à torneira)
EQUIPAMENTO DESENHADO	
MOB1	Balcão da Entrada - 3350mm x 600mm x 1100mm
MOB2	Banco de apoio para ginásio e zonas de tratamento - 460mm x H450mm (a largura varia consoante o local, tendo que a medida ser aferida em obra
MOB3	Carrinho de apoio para as massagens - 1000mm x 400mm x 920mm
MOB4	Mesa de refeições - 1000mm x 980mm x 850mm
EQUIPAMENTO MÓVEL	
EM1	Cadeira ergonómica de 5 rodas OFX09 GALLOTTI & RADICE, com braços em cromado e revestida a couro ecológico branco - 500mm x 660mm x 1150/1220mm
EM2	Cadeirão OCCASIONAL LOUNGE CHAIR BY JASPER MORRISON VITRA, com pés em plástico e acabamento em rayon e linho na cor 07 alabaster - 735mm x 725mm x 705mm
EM3	Cacifo com 6 compartimentos DESIGN MANUTAN, com 3 colunas de 300mm, pés reguláveis, ventilação nas portas, com chave, com estrutra em chapa de aço em cinzento claro (RAL 7016/7035) - 900mm x 500mm x 1800mm
EM4	Chaise longue CTR MERIDIENNE 01103 TRIBÜ, com braço à esquerda, com estrutura em aço inoxidável na cor 89 Wengué, acento estufado em acrílico na cor Luxury Lys B20 - 940mm x 1790mm x 860mm
EM5	Cadeirão MOOD 06218 TRIBÜ, em madeira de teca na cor 85 Earthbrown - 600mm x 580mm x 770mm
EM6	Sofá de 3 lugares MOOD 06209 TRIBÜ, em madeira de teca, tecido acrílico na cor B32 Luxury Pure White - 2320mm x 840mm x 750mm
EM7	Lounge chair MOOD 06203 TRIBÜ, em madeira de teca, tecido acrílico na cor B32 Luxury Pure White - 820mm x 780mm x 750mm
EM8	Sofá de 2 lugares MOOD 06208 TRIBÜ, em madeira de teca, tecido acrílico na cor B32 Luxury Pure White - 1630mm x 770mm x 690mm
EM9	Louge bed MOOD 06250 TRIBÜ, em madeira de teca, tecido acrílico na cor B32 Luxury Pure White - 1500mm x 1380mm x 690mm
EM10	Mesa de centro MOOD 06282 TRIBÜ, em madeira de teca - 660mm x 660mm x 280mm
EM11	Cadeira ergonómica de 5 rodas OFX09 GALLOTTI & RADICE, com braços em cromado e revestida a couro ecológico branco - 500mm x 620mm x 850/920mm
EM12	Secretária AIR DESK GALLOTTI & RADICE, em vidro temperado de 12mm, estrutura em aço inoxidável - 1200mm x 800mm x 740mm
EM13	Secretária AIR DESK GALLOTTI & RADICE, em vidro temperado de 12mm, estrutura em aço inoxidável - 1800mm x 900mm x 740mm
EM14	Sistema modular AIR UP GALLOTTI & RADICE, em madeira revestida a vidro pintado - 900mm x 510mm x 481mm
EM15	Sistema modular AIR UP GALLOTTI & RADICE, em madeira revestida a vidro pintado - 1200mm x 510mm x 481mm
EM16	Marquesa de 3 corpos elétrica C5556 ARTECER, em pele sintética cinza - 1970mm x 960mm x 470/890mm
ILUMINAÇÃO	
ILU1	Candeiro de mesa para exterior JUNE 4790 VIBIA, em alumínio, com acabamento lacado a castanho escuro mate, e policarbonato - ø105mm x 135mm
ILU2	Candeiro de mesa FLEX 0751 VIBIA, em alumínio com acabamento em lacado branco mate (RAL 9016), com altura ajustável - 650mm x 170mm x 470/610mm
A	Elevador TECHNOLOGY SYNERGY SEED THYSENKRUPP, com painel em aço revestido Skinplate branco, teto pintado de branco com 4 focos LED, espelho de 5mm de vidro temperado na parede traseira, corrimão robusto de aço inoxidável ø38mm, pavimento em vinil com alta resistência na cor Stone Beige, painel de operação da cabina (COP) White Moon, painel de operação do patamar (LOP) 53 - 1740mm x 1635mm





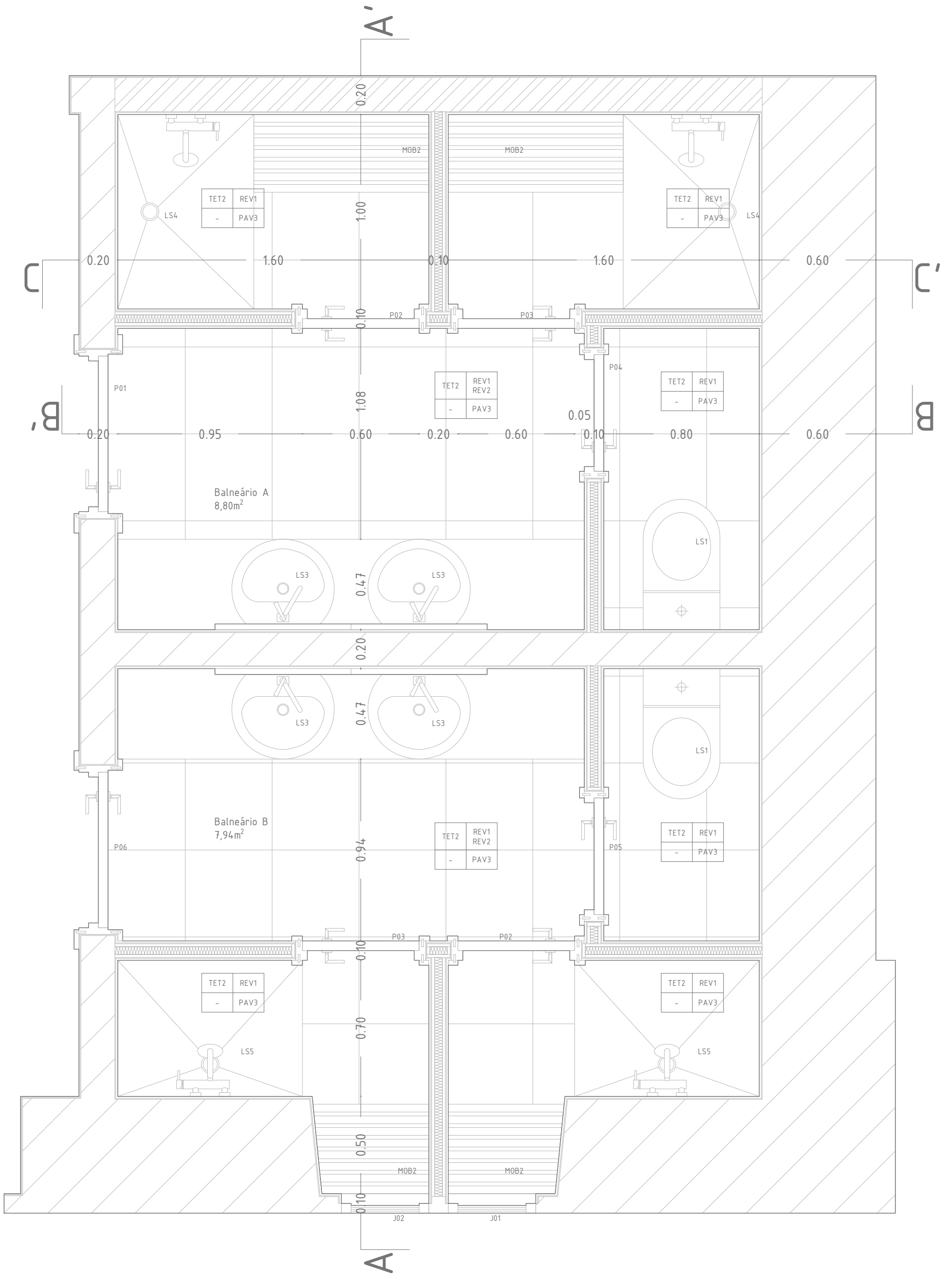
Legenda	
ILU01	Candeeiro embutido no teto falso VANCOUVER LED (ASTRO LIGHTING), em cromado polido - Ø90mm x 66mm
ILU02	Candeeiro embutido no teto falso VANCOUVER LED (ASTRO LIGHTING), em cromado polido - Ø115mm x 80mm
ILU03	Candeeiro pendente MATCH (VIBIA), com acabamento em lacado branco mate RAL9016 - Ø105mm
ILU04	Candeeiro pendente com diferentes cotas altimétricas - ALGORITHM (VIBIA)
ILU05	Candeeiro pendente SLIM (VIBIA) - Ø26mm x 1000mm
ILU06	Perfil para iluminação linear com LED DOUBLE COVE LIGHTING CORNICE (ELENI) - 115mm x 115mm
ILU07	Luz subaquática RGB LED para fontes POOL SIMES - Ø240mm x 150mm
ILU08	Candeeiro de teto PLUS VIBIA, em lacado branco - Ø350mm x 180mm (60mm à vista)
ILU09	Candeeiro embutido no teto falso TARO ROUND FIRE-RATED 5672 ASTRO LIGHTING - Ø100mm x 152mm



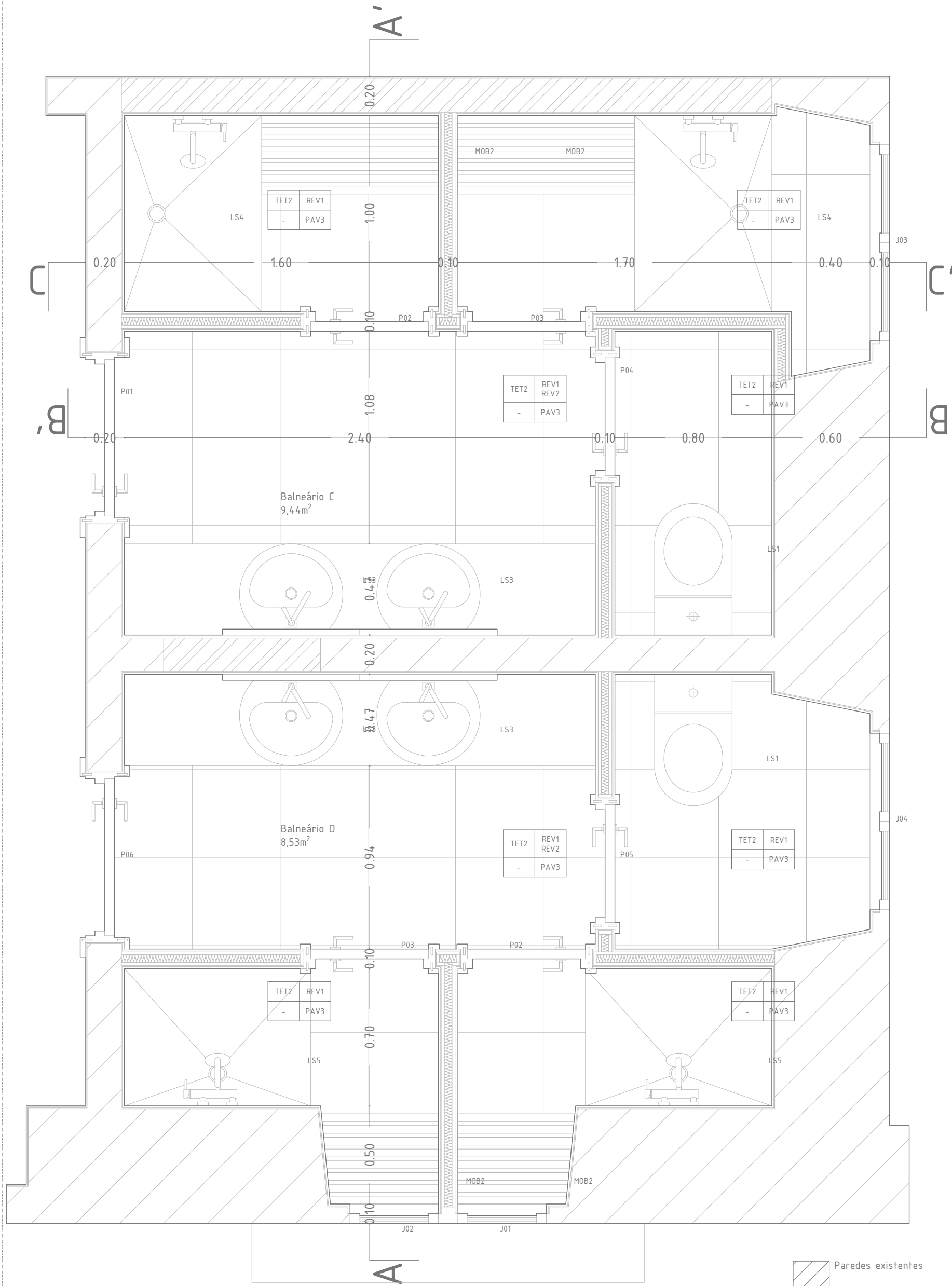
Legenda	
ILU01	Candeeiro embutido no teto falso VANCOUVER LED (ASTRO LIGHTING), em cromado polido - Ø90mm x 66mm
ILU02	Candeeiro embutido no teto falso VANCOUVER LED (ASTRO LIGHTING), em cromado polido - Ø115mm x 80mm
ILU03	Candeeiro pendente MATCH (VIBIA), com acabamento em lacado branco mate RAL9016 - Ø105mm
ILU04	Candeeiro pendente com diferentes cotas altimétricas - ALGORITHM (VIBIA)
ILU05	Candeeiro pendente SLIM (VIBIA) - Ø26mm x 1000mm
ILU06	Perfil para iluminação linear com LED DOUBLE COVE LIGHTING CORNICE (ELENÍ) - 115mm x 115mm
ILU07	Luz subaquática RGB LED para fontes POOL SIMES - Ø240mm x 150mm
ILU08	Candeeiro de teto PLUS VIBIA, em lacado branco - Ø350mm x 180mm (60mm à vista)
ILU09	Candeeiro embutido no teto falso TARO ROUND FIRE-RATED 5672 ASTRO LIGHTING - Ø100mm x 152mm



	Legenda
ILU001	Candeiro embutido no teto falso VANCOUVER LED (ASTRO LIGHTING), em cromado polido - Ø90mm x 66mm
ILU002	Candeiro embutido no teto falso VANCOUVER LED (ASTRO LIGHTING), em cromado polido - Ø115mm x 80mm
ILU003	Candeiro pendente MATCH (VIBIA), com acabamento em lacado branco mate RAL9016 - Ø105mm
ILU004	Candeiro pendente com diferentes cotas altimétricas - ALGORITHM (VIBIA)
ILU005	Candeiro pendente SLIM (VIBIA) - Ø26mm x 1000mm
ILU006	Perfil para iluminação linear com LED DOUBLE COVE LIGHTING CORNICE (ELENI) - 115mm x 115mm
ILU007	Luz subaquática RGB LED para fontes POOL SIMES - Ø240mm x 150mm
ILU008	Candeiro de teto PLUS VIBIA, em lacado branco - Ø350mm x 180mm (60mm à vista)
ILU009	Candeiro embutido no teto falso STAR ROUND FIRE-RATED 5672 ASTRO LIGHTING - Ø100mm x 152mm



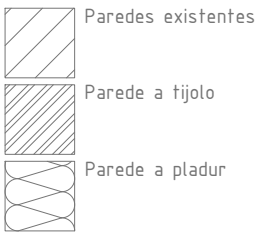
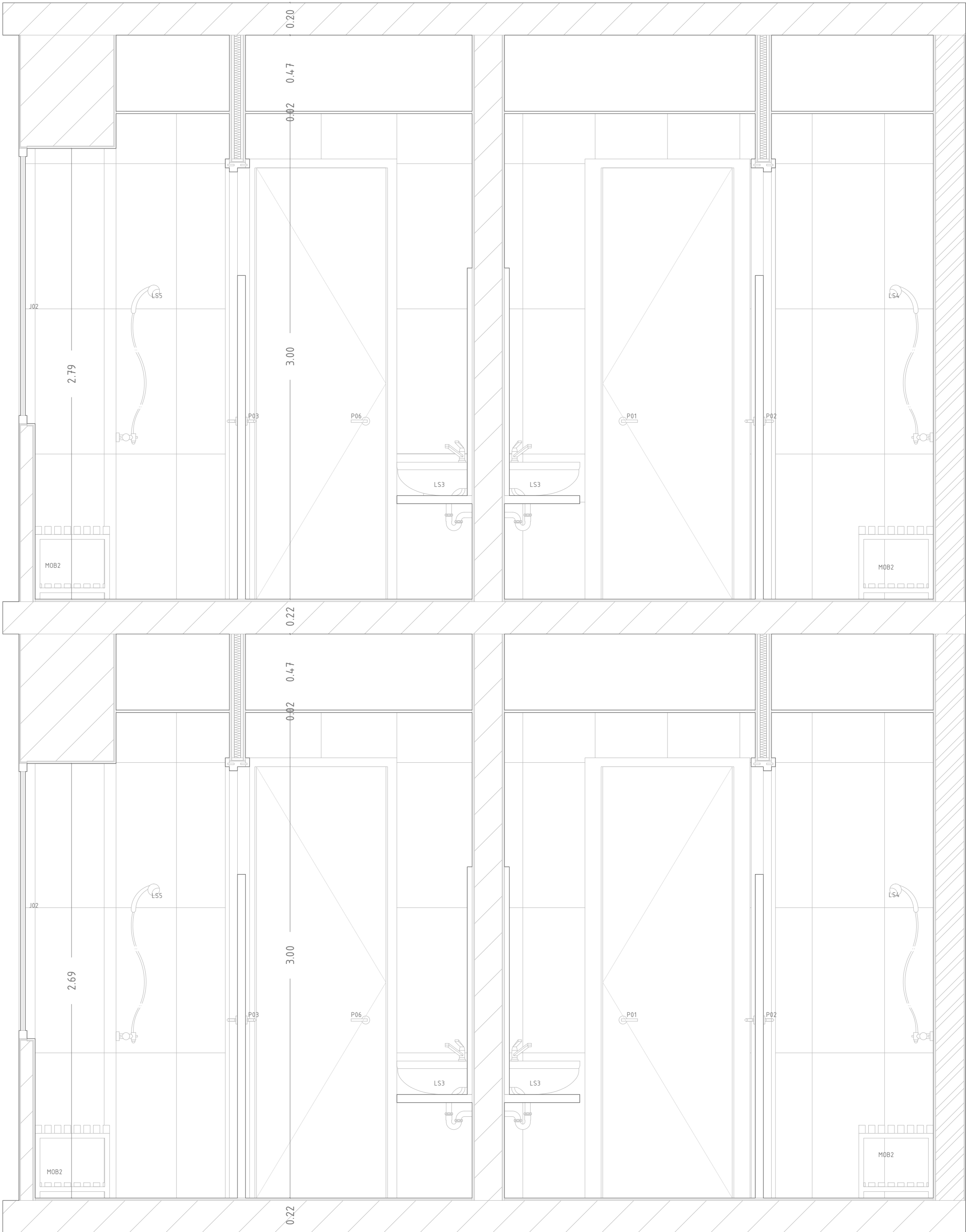
Balneários Piso 0



Balneários Piso 1

Materiais Construtivos	
TET2	Reparar teto original e colocar teto falso em gesso cartonado PLADUR H1 (resistente à água) - novo pé direito H 3,00m
REV1	Betumar paredes novas e recuperar as paredes existentes. Revestir com PAVIGRÉS SAVANA - IVORY (MP95507) - 447mm x 897mm x H10,5mm
REV2	Betumar paredes novas e recuperar as paredes existentes. Revestir com PAVIGRÉS SAVANA IVORY (PP37507) - 297mm x 297mm x H10,5mm
PAV3	Colocar pavimento PAVIGRÉS GLADE BRANCO (M14733) - 447mm x 447mm x 9,1mm
Vãos	
P01	Porta lisa com abertura à direita para o interior, tipo Banema refª PBA 900, de batente, com revestimento a HPL SEP 3 mm, interior em poliestireno extrudido, aro em alumínio anodizado à cor natural, ou lacado e ferragens em inox tipo "Tupai" - 800mm x 50mm x 2665mm
P02	Porta lisa com abertura à esquerda para o exterior, tipo Banema refª PBA 900, de batente, com revestimento a HPL SEP 3 mm, interior em poliestireno extrudido, aro em alumínio anodizado à cor natural, ou lacado e ferragens em inox tipo "Tupai" - 600mm x 50mm x 2000mm
P03	Porta lisa com abertura à direita para o exterior, tipo Banema refª PBA 900, de batente, com revestimento a HPL SEP 3 mm, interior em poliestireno extrudido, aro em alumínio anodizado à cor natural, ou lacado e ferragens em inox tipo "Tupai" - 600mm x 50mm x 2000mm
P04	Porta lisa com abertura à direita para o interior, tipo Banema refª PBA 900, de batente, com revestimento a HPL SEP 3 mm, interior em poliestireno extrudido, aro em alumínio anodizado à cor natural, ou lacado e ferragens em inox tipo "Tupai" - 600mm x 50mm x 2665mm
P05	Porta lisa com abertura à esquerda para o interior, tipo Banema refª PBA 900, de batente, com revestimento a HPL SEP 3 mm, interior em poliestireno extrudido, aro em alumínio anodizado à cor natural, ou lacado e ferragens em inox tipo "Tupai" - 600mm x 50mm x 2665mm
P06	Porta lisa com abertura à esquerda para o interior, tipo Banema refª PBA 900, de batente, com revestimento a HPL SEP 3 mm, interior em poliestireno extrudido, aro em alumínio anodizado à cor natural, ou lacado e ferragens em inox tipo "Tupai" - 800mm x 50mm x 2665mm
J01	Janela de uma folha oscilo-batente, com abertura à direita, vidro duplo e em alumínio, com características decorativas iguais às existentes, tipo CLIMALIT PLUS SILENCE SAINT GOBAIN GLASS, com isolamento térmico e acústico - 450mm x 50mm x 1700mm
J02	Janela de uma folha oscilo-batente, com abertura à esquerda, vidro duplo e em alumínio, com características decorativas iguais às existentes, tipo CLIMALIT PLUS SILENCE SAINT GOBAIN GLASS, com isolamento térmico e acústico - 450mm x 50mm x 1700mm
J03	Janela de duas folhas oscilo-batente, vidro duplo e em alumínio, com características decorativas iguais às existentes, tipo CLIMALIT PLUS SILENCE SAINT GOBAIN GLASS, com isolamento térmico e acústico - 1000mm (500mm) x 50mm x 2800mm
J04	Janela de duas folhas oscilo-batente, vidro duplo e em alumínio, com características decorativas iguais às existentes, tipo CLIMALIT PLUS SILENCE SAINT GOBAIN GLASS, com isolamento térmico e acústico - 900mm (450mm) x 50mm x 1700mm
Loiças Sanitárias	
LS1	Sanita compacta 66cm NEXO SANITANA, com fixação e com descarga dual, cor Branca - 665mm x 360mm x 790mm
LS3	Lava-mãos 45 SANITANA, com fixação para aplicação mural - 460mm x 365mm x 175mm Misturadora de lavatório (5520301) (CONE ECO SANINDUSA, em latão cromado - 45mm x 135mm x 153mm
LS4	Base de Duche MARINA SANINDUSA, fundo textura de xisto, cor Branca - 1000mm x 700mm x 270mm Chuveiro de mão (564910) EKO 130 SANINDUSA, equipado com limitador de caudal e sistema de mistura ar/água, em ABS cromado (acrilonitrila butadieno estireno) - 130mm x 269mm Misturadora de base (5510701) TUBE ECO SANINDUSA, em latão cromado - 281mm x 55mm x 131mm
LS5	Base de Duche MARINA SANINDUSA, fundo textura de xisto, cor Branca - 900mm x 700mm x 270mm Chuveiro de mão (564910) EKO 130 SANINDUSA, equipado com limitador de caudal e sistema de mistura ar/água, em ABS cromado (acrilonitrila butadieno estireno) - 130mm x 269mm Misturadora de base (5510701) TUBE ECO SANINDUSA, em latão cromado - 281mm x 55mm x 131mm
Equipamento Desenhado	
MOB2	Banco de apoio para ginásio e zonas de tratamento - 460mm x H450mm (a largura varia consoante o local, tendo que a medida ser aferida em obra
Iluminação	
ILU1	Candeeiro embutido no teto falso VANCOUVER LED (ASTRO LIGHTING), em cromado polido - Ø90mm x 66mm

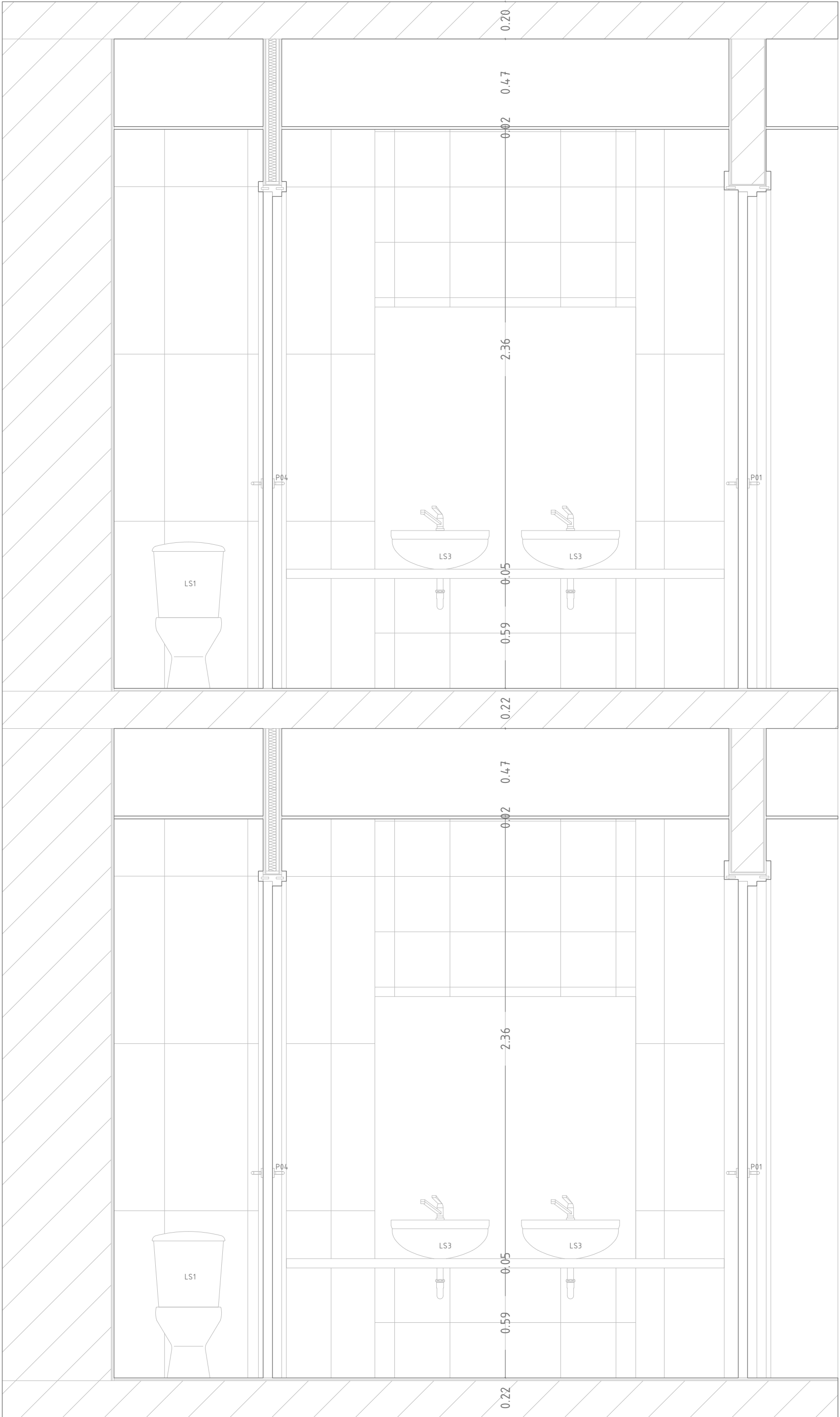
A



A'

Materiais Construtivos	
TET2	Reparar teto original e colocar teto falso em gesso cartonado PLADUR H1 (resistente à água) - novo pé direito H 3,00m
REV1	Betumar paredes novas e recuperar as paredes existentes. Revestir com PAVIGRÉS SAVANA - IVORY (MP95507) - 447mm x 897mm x H10,5mm
REV2	Betumar paredes novas e recuperar as paredes existentes. Revestir com PAVIGRÉS SAVANA IVORY (PP37507) - 297mm x 297mm x H10,5mm
PAV3	Colocar pavimento PAVIGRÉS GLADE BRANCO (M14733) - 447mm x 447mm x 9,1mm
Vãos	
P01	Porta lisa com abertura à direita para o interior, tipo Banema refª PBA 900, de batente, com revestimento a HPL SEP 3 mm, interior em poliestireno extrudido, aro em alumínio anodizado à cor natural, ou lacado e ferragens em inox tipo "Tupai" - 800mm x 50mm x 2665mm
P02	Porta lisa com abertura à esquerda para o exterior, tipo Banema refª PBA 900, de batente, com revestimento a HPL SEP 3 mm, interior em poliestireno extrudido, aro em alumínio anodizado à cor natural, ou lacado e ferragens em inox tipo "Tupai" - 600mm x 50mm x 2000mm
P03	Porta lisa com abertura à direita para o exterior, tipo Banema refª PBA 900, de batente, com revestimento a HPL SEP 3 mm, interior em poliestireno extrudido, aro em alumínio anodizado à cor natural, ou lacado e ferragens em inox tipo "Tupai" - 600mm x 50mm x 2000mm
P04	Porta lisa com abertura à direita para o interior, tipo Banema refª PBA 900, de batente, com revestimento a HPL SEP 3 mm, interior em poliestireno extrudido, aro em alumínio anodizado à cor natural, ou lacado e ferragens em inox tipo "Tupai" - 600mm x 50mm x 2665mm
P05	Porta lisa com abertura à esquerda para o interior, tipo Banema refª PBA 900, de batente, com revestimento a HPL SEP 3 mm, interior em poliestireno extrudido, aro em alumínio anodizado à cor natural, ou lacado e ferragens em inox tipo "Tupai" - 600mm x 50mm x 2665mm
P06	Porta lisa com abertura à esquerda para o interior, tipo Banema refª PBA 900, de batente, com revestimento a HPL SEP 3 mm, interior em poliestireno extrudido, aro em alumínio anodizado à cor natural, ou lacado e ferragens em inox tipo "Tupai" - 800mm x 50mm x 2665mm
J01	Janela de uma folha oscilo-batente, com abertura à direita, vidro duplo e em alumínio, com características decorativas iguais às existentes, tipo CLIMALIT PLUS SILENCE SAINT GOBAIN GLASS, com isolamento térmico e acústico - 450mm x 50mm x 1700mm
J02	Janela de uma folha oscilo-batente, com abertura à esquerda, vidro duplo e em alumínio, com características decorativas iguais às existentes, tipo CLIMALIT PLUS SILENCE SAINT GOBAIN GLASS, com isolamento térmico e acústico - 450mm x 50mm x 1700mm
J03	Janela de duas folhas oscilo-batente, vidro duplo e em alumínio, com características decorativas iguais às existentes, tipo CLIMALIT PLUS SILENCE SAINT GOBAIN GLASS, com isolamento térmico e acústico - 1000mm (500mm) x 50mm x 2800mm
J04	Janela de duas folhas oscilo-batente, vidro duplo e em alumínio, com características decorativas iguais às existentes, tipo CLIMALIT PLUS SILENCE SAINT GOBAIN GLASS, com isolamento térmico e acústico - 900mm (450mm) x 50mm x 1700mm
Loiças Sanitárias	
LS1	Sanita compacta 66cm NEXO SANITANA, com fixação e com descarga dual, cor Branca - 665mm x 360mm x 790mm
LS3	Lava-mãos 45 SANITANA, com fixação para aplicação mural - 460mm x 365mm x 175mm Misturadora de lavatório (5520301) (CONE ECO SANINDUSA, em latão cromado - 45mm x 135mm x 153mm
LS4	Base de Duche MARINA SANINDUSA, fundo textura de xisto, cor Branca - 1000mm x 700mm x 270mm Chuveiro de mão (564910) EKO 130 SANINDUSA, equipado com limitador de caudal e sistema de mistura ar/água, em ABS cromado (acrilonitrila butadieno estireno) - 130mm x 269mm Misturadora de base (5510701) TUBE ECO SANINDUSA, em latão cromado - 281mm x 55mm x 131mm
LS5	Base de Duche MARINA SANINDUSA, fundo textura de xisto, cor Branca - 900mm x 700mm x 270mm Chuveiro de mão (564910) EKO 130 SANINDUSA, equipado com limitador de caudal e sistema de mistura ar/água, em ABS cromado (acrilonitrila butadieno estireno) - 130mm x 269mm Misturadora de base (5510701) TUBE ECO SANINDUSA, em latão cromado - 281mm x 55mm x 131mm
Equipamento Desenhado	
MOB2	Banco de apoio para ginásio e zonas de tratamento - 460mm x H450mm (a largura varia consoante o local, tendo que a medida ser aferida em obra
Iluminação	
ILU1	Candeeiro embutido no teto falso VANCOUVER LED (ASTRO LIGHTING), em cromado polido - Ø90mm x 66mm

	Mestrado em Design de Interiores	Costa do Sol: Recuperar o Turismo de Saúde de Acesso a Todos	Projeto Termal: Chalé S. Pedro, Rua de Olivença, nº1, Estoril	DATA: Julho 2018
	Doutora Graça Pedroso Prof. Pedro Rodrigues	Ana Patrícia Botelho dos Santos	DESENHO EM PORMENOR: Corte AA'	ESCALA: 1/20
				DESENHO: 05.02



Paredes existentes

Parede a tijolo

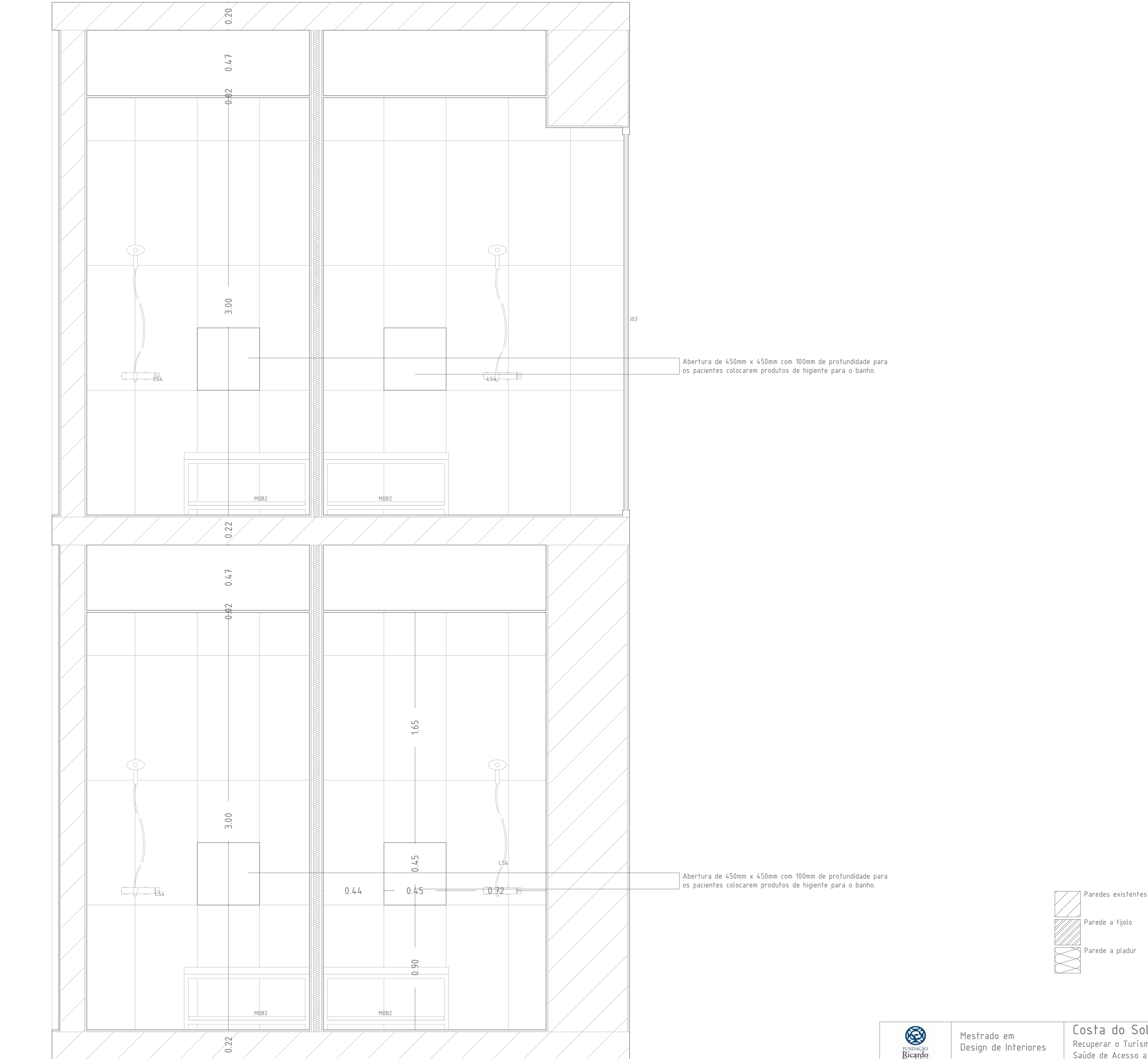
Parede a pladur

B

B'

Materiais Construtivos	
TET2	Reparar teto original e colocar teto falso em gesso cartonado PLADUR H1 (resistente à água) - novo pé direito H 3,00m
REV1	Betumar paredes novas e recuperar as paredes existentes. Revestir com PAVIGRÉS SAVANA - IVORY (MP95507) - 447mm x 897mm x H10,5mm
REV2	Betumar paredes novas e recuperar as paredes existentes. Revestir com PAVIGRÉS SAVANA IVORY (PP37507) - 297mm x 297mm x H10,5mm
PAV3	Colocar pavimento PAVIGRÉS GLADE BRANCO (M14733) - 447mm x 447mm x 9,1mm
Vãos	
P01	Porta lisa com abertura à direita para o interior, tipo Banema refº PBA 900, de batente, com revestimento a HPL SEP 3 mm, interior em poliestireno extrudido, aro em alumínio anodizado à cor natural, ou lacado e ferragens em inox tipo "Tupai" - 800mm x 50mm x 2665mm
P02	Porta lisa com abertura à esquerda para o exterior, tipo Banema refº PBA 900, de batente, com revestimento a HPL SEP 3 mm, interior em poliestireno extrudido, aro em alumínio anodizado à cor natural, ou lacado e ferragens em inox tipo "Tupai" - 600mm x 50mm x 2000mm
P03	Porta lisa com abertura à direita para o exterior, tipo Banema refº PBA 900, de batente, com revestimento a HPL SEP 3 mm, interior em poliestireno extrudido, aro em alumínio anodizado à cor natural, ou lacado e ferragens em inox tipo "Tupai" - 600mm x 50mm x 2000mm
P04	Porta lisa com abertura à esquerda para o interior, tipo Banema refº PBA 900, de batente, com revestimento a HPL SEP 3 mm, interior em poliestireno extrudido, aro em alumínio anodizado à cor natural, ou lacado e ferragens em inox tipo "Tupai" - 600mm x 50mm x 2665mm
P05	Porta lisa com abertura à esquerda para o interior, tipo Banema refº PBA 900, de batente, com revestimento a HPL SEP 3 mm, interior em poliestireno extrudido, aro em alumínio anodizado à cor natural, ou lacado e ferragens em inox tipo "Tupai" - 600mm x 50mm x 2665mm
P06	Porta lisa com abertura à esquerda para o interior, tipo Banema refº PBA 900, de batente, com revestimento a HPL SEP 3 mm, interior em poliestireno extrudido, aro em alumínio anodizado à cor natural, ou lacado e ferragens em inox tipo "Tupai" - 800mm x 50mm x 2665mm
J01	Janela de uma folha oscilo-batente, com abertura à direita, vidro duplo e em alumínio, com características decorativas iguais às existentes, tipo CLIMALIT PLUS SILENCE SAINT GOBAIN GLASS, com isolamento térmico e acústico - 450mm x 50mm x 1700mm
J02	Janela de uma folha oscilo-batente, com abertura à esquerda, vidro duplo e em alumínio, com características decorativas iguais às existentes, tipo CLIMALIT PLUS SILENCE SAINT GOBAIN GLASS, com isolamento térmico e acústico - 450mm x 50mm x 1700mm
J03	Janela de duas folhas oscilo-batente, vidro duplo e em alumínio, com características decorativas iguais às existentes, tipo CLIMALIT PLUS SILENCE SAINT GOBAIN GLASS, com isolamento térmico e acústico - 1000mm (500mm) x 50mm x 2800mm
J04	Janela de duas folhas oscilo-batente, vidro duplo e em alumínio, com características decorativas iguais às existentes, tipo CLIMALIT PLUS SILENCE SAINT GOBAIN GLASS, com isolamento térmico e acústico - 900mm (450mm) x 50mm x 1700mm
Loiças Sanitárias	
LS1	Sanita compacta 66cm NEXO SANITANA, com fixação e com descarga dual, cor Branca - 665mm x 360mm x 790mm
LS3	Lava-mãos 45 SANITANA, com fixação para aplicação mural - 460mm x 365mm x 175mm Misturadora de lavatório (5520301) (CONE ECO SANINDUSA, em latão cromado - 45mm x 135mm x 153mm
LS4	Base de Duche MARINA SANINDUSA, fundo textura de xisto, cor Branca - 1000mm x 700mm x 270mm Chuveiro de mão (564910) EKO 130 SANINDUSA, equipado com limitador de caudal e sistema de mistura ar/água, em ABS cromado (acrilonitrila butadieno estireno) - 130mm x 269mm Misturadora de base (5510701) TUBE ECO SANINDUSA, em latão cromado - 281mm x 55mm x 131mm
LS5	Base de Duche MARINA SANINDUSA, fundo textura de xisto, cor Branca - 900mm x 700mm x 270mm Chuveiro de mão (564910) EKO 130 SANINDUSA, equipado com limitador de caudal e sistema de mistura ar/água, em ABS cromado (acrilonitrila butadieno estireno) - 130mm x 269mm Misturadora de base (5510701) TUBE ECO SANINDUSA, em latão cromado - 281mm x 55mm x 131mm
Equipamento Desenhado	
MOB2	Banco de apoio para ginásio e zonas de tratamento - 460mm x H450mm (a largura varia consoante o local, tendo que a medida ser aferida em obra
Iluminação	
ILU1	Candeeiro embutido no teto falso VANCOUVER LED (ASTRO LIGHTING), em cromado polido - Ø90mm x 66mm




	Mestrado em Design de Interiores	Costa do Sol: Recuperar o Turismo de Saúde de Acesso a Todos	Projeto Termal: Chalé S. Pedro, Rua de Olivença, nº1, Estoril	DATA: Julho 2018
	Doutora Graça Pedroso Prof. Pedro Rodrigues	Ana Patrícia Botelho dos Santos	DESENHO EM PORMENOR: Corte BB'	ESCALA: 1/20
				DESENHO: 05.03






Materiais Construtivos	
TET2	Reparar teto original e colocar teto falso em gesso cartonado PLADUR H1 (resistente à água) - novo pé direito H 3,00m
REV1	Betumar paredes novas e recuperar as paredes existentes. Revestir com PAVIGRÉS SAVANA - IVORY (MP95507) - 447mm x 897mm x H10,5mm
REV2	Betumar paredes novas e recuperar as paredes existentes. Revestir com PAVIGRÉS SAVANA IVORY (PP37507) - 297mm x 297mm x H10,5mm
PAV3	Colocar pavimento PAVIGRÉS GLADE BRANCO (M14733) - 447mm x 447mm x 9,1mm
Vãos	
P01	Porta lisa com abertura à direita para o interior, tipo Banema refº PBA 900, de batente, com revestimento a HPL SEP 3 mm, interior em poliestireno extrudido, aro em alumínio anodizado à cor natural, ou lacado e ferragens em inox tipo "Tupai" - 800mm x 50mm x 2665mm
P02	Porta lisa com abertura à esquerda para o exterior, tipo Banema refº PBA 900, de batente, com revestimento a HPL SEP 3 mm, interior em poliestireno extrudido, aro em alumínio anodizado à cor natural, ou lacado e ferragens em inox tipo "Tupai" - 600mm x 50mm x 2000mm
P03	Porta lisa com abertura à direita para o exterior, tipo Banema refº PBA 900, de batente, com revestimento a HPL SEP 3 mm, interior em poliestireno extrudido, aro em alumínio anodizado à cor natural, ou lacado e ferragens em inox tipo "Tupai" - 600mm x 50mm x 2000mm
P04	Porta lisa com abertura à direita para o interior, tipo Banema refº PBA 900, de batente, com revestimento a HPL SEP 3 mm, interior em poliestireno extrudido, aro em alumínio anodizado à cor natural, ou lacado e ferragens em inox tipo "Tupai" - 600mm x 50mm x 2665mm
P05	Porta lisa com abertura à esquerda para o interior, tipo Banema refº PBA 900, de batente, com revestimento a HPL SEP 3 mm, interior em poliestireno extrudido, aro em alumínio anodizado à cor natural, ou lacado e ferragens em inox tipo "Tupai" - 600mm x 50mm x 2665mm
P06	Porta lisa com abertura à esquerda para o interior, tipo Banema refº PBA 900, de batente, com revestimento a HPL SEP 3 mm, interior em poliestireno extrudido, aro em alumínio anodizado à cor natural, ou lacado e ferragens em inox tipo "Tupai" - 800mm x 50mm x 2665mm
J01	Janela de uma folha oscilo-batente, com abertura à direita, vidro duplo e em alumínio, com características decorativas iguais às existentes, tipo CLIMALIT PLUS SILENCE SAINT GOBAIN GLASS, com isolamento térmico e acústico - 450mm x 50mm x 1700mm
J02	Janela de uma folha oscilo-batente, com abertura à esquerda, vidro duplo e em alumínio, com características decorativas iguais às existentes, tipo CLIMALIT PLUS SILENCE SAINT GOBAIN GLASS, com isolamento térmico e acústico - 450mm x 50mm x 1700mm
J03	Janela de duas folhas oscilo-batente, vidro duplo e em alumínio, com características decorativas iguais às existentes, tipo CLIMALIT PLUS SILENCE SAINT GOBAIN GLASS, com isolamento térmico e acústico - 1000mm (500mm) x 50mm x 2800mm
J04	Janela de duas folhas oscilo-batente, vidro duplo e em alumínio, com características decorativas iguais às existentes, tipo CLIMALIT PLUS SILENCE SAINT GOBAIN GLASS, com isolamento térmico e acústico - 900mm (450mm) x 50mm x 1700mm
Loiças Sanitárias	
LS1	Sanita compacta 66cm NEXO SANITANA, com fixação e com descarga dual, cor Branca - 665mm x 360mm x 790mm
LS3	Lava-mãos 45 SANITANA, com fixação para aplicação mural - 460mm x 365mm x 175mm Misturadora de lavatório (5520301) (CONE ECO SANINDUSA, em latão cromado - 45mm x 135mm x 153mm
LS4	Base de Duche MARINA SANINDUSA, fundo textura de xisto, cor Branca - 1000mm x 700mm x 270mm Chuveiro de mão (564910) EKO 130 SANINDUSA, equipado com limitador de caudal e sistema de mistura ar/água, em ABS cromado (acrilonitrila butadieno estireno) - 130mm x 269mm Misturadora de base (5510701) TUBE ECO SANINDUSA, em latão cromado - 281mm x 55mm x 131mm
LS5	Base de Duche MARINA SANINDUSA, fundo textura de xisto, cor Branca - 900mm x 700mm x 270mm Chuveiro de mão (564910) EKO 130 SANINDUSA, equipado com limitador de caudal e sistema de mistura ar/água, em ABS cromado (acrilonitrila butadieno estireno) - 130mm x 269mm Misturadora de base (5510701) TUBE ECO SANINDUSA, em latão cromado - 281mm x 55mm x 131mm
Equipamento Desenhado	
MOB2	Banco de apoio para ginásio e zonas de tratamento - 460mm x H450mm (a largura varia consoante o local, tendo que a medida ser aferida em obra
Iluminação	
ILU1	Candeeiro embutido no teto falso VANCOUVER LED (ASTRO LIGHTING), em cromado polido - Ø90mm x 66mm

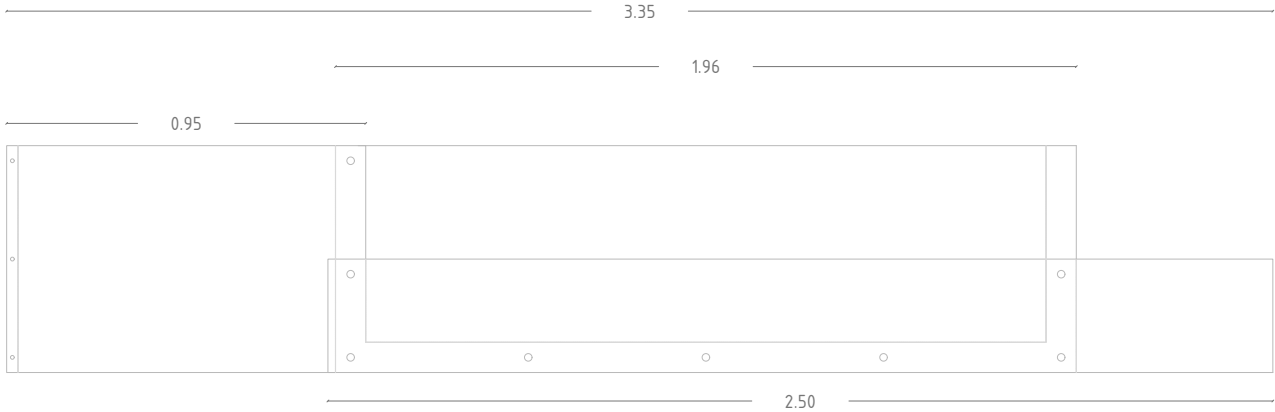
	Mestrado em Design de Interiores	Costa do Sol: Recuperar o Turismo de Saúde de Acesso a Todos	Projeto Termal: Chalé S. Pedro, Rua de Olivença, nº1, Estoril	DATA: Julho 2018
	Doutora Graça Pedroso Prof. Pedro Rodrigues	Ana Patrícia Botelho dos Santos	DESENHO EM PORMENOR: Corte CC'	ESCALA: 1/20
				DESENHO: 05.04



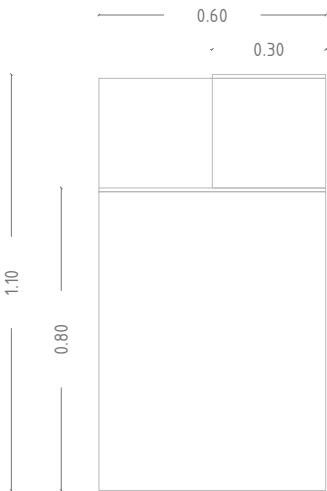
 Paredes existentes
 Pared a tijolo
 Pared a pladur



 Paredes existentes
 Pared a tijolo
 Pared a pladur



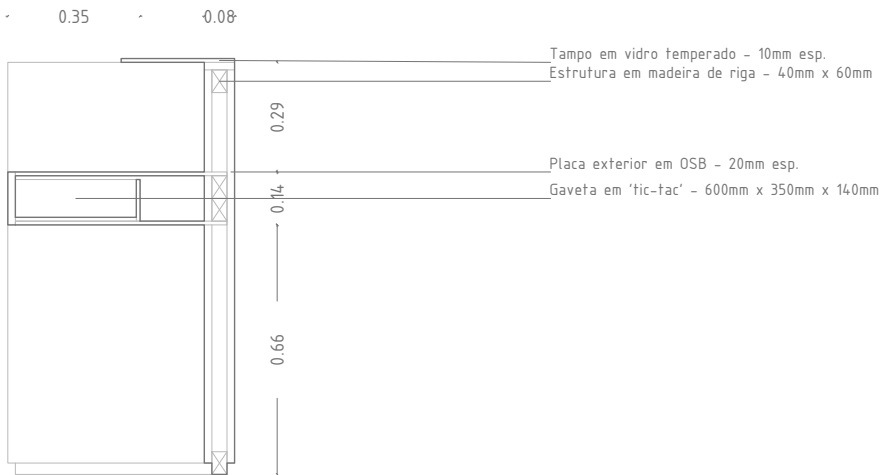
Planta - vista superior



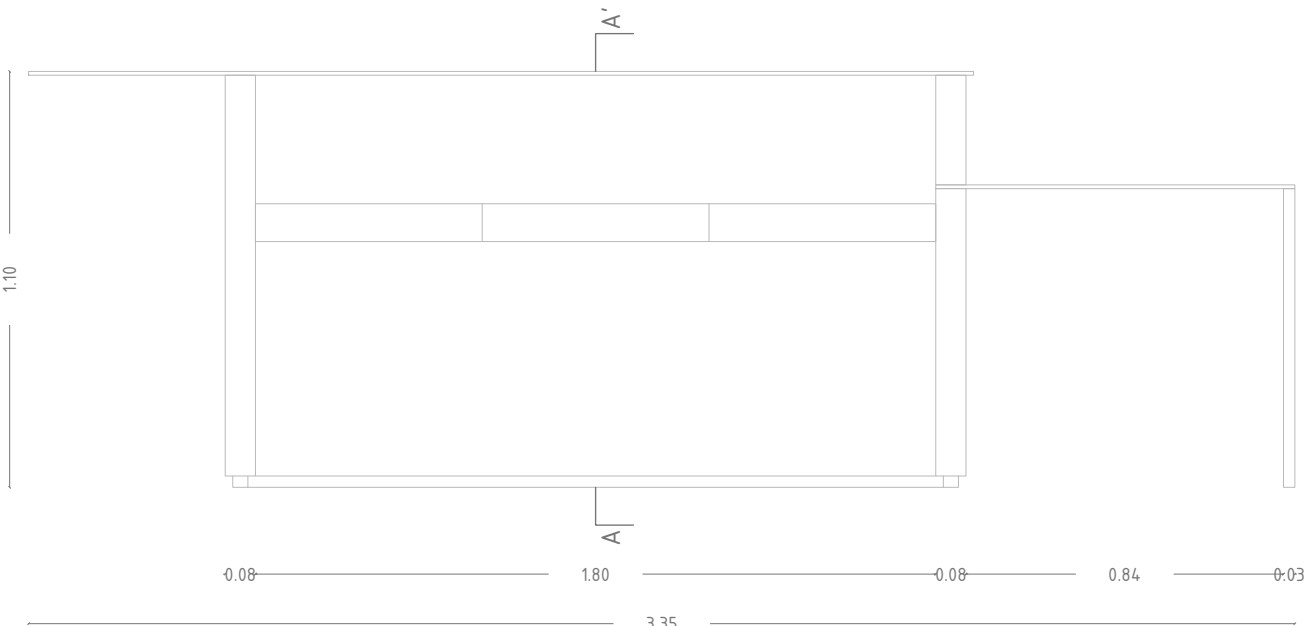
Alçado - vista lateral



Alçado - vista exterior (pacientes)



Corte AA'

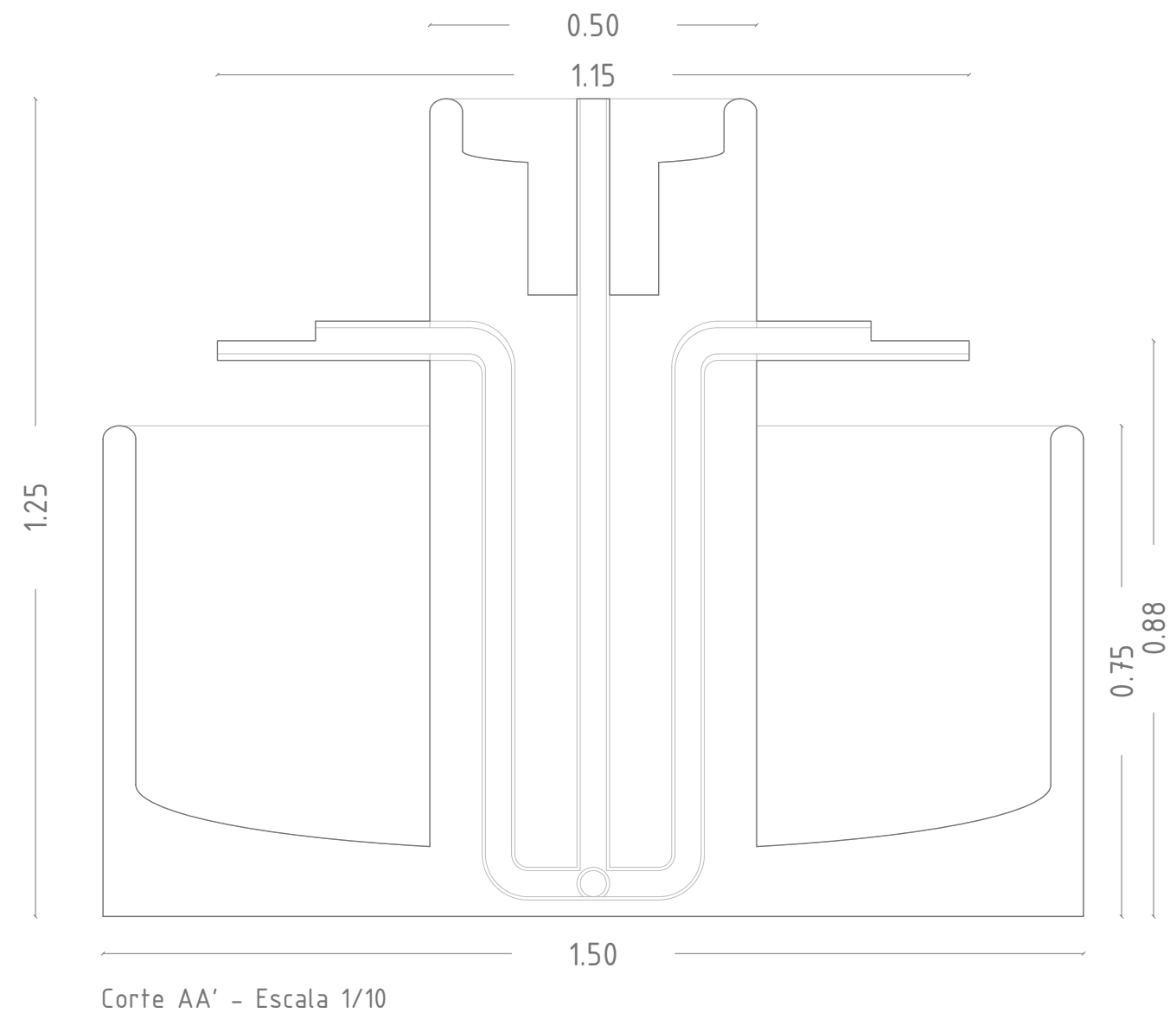
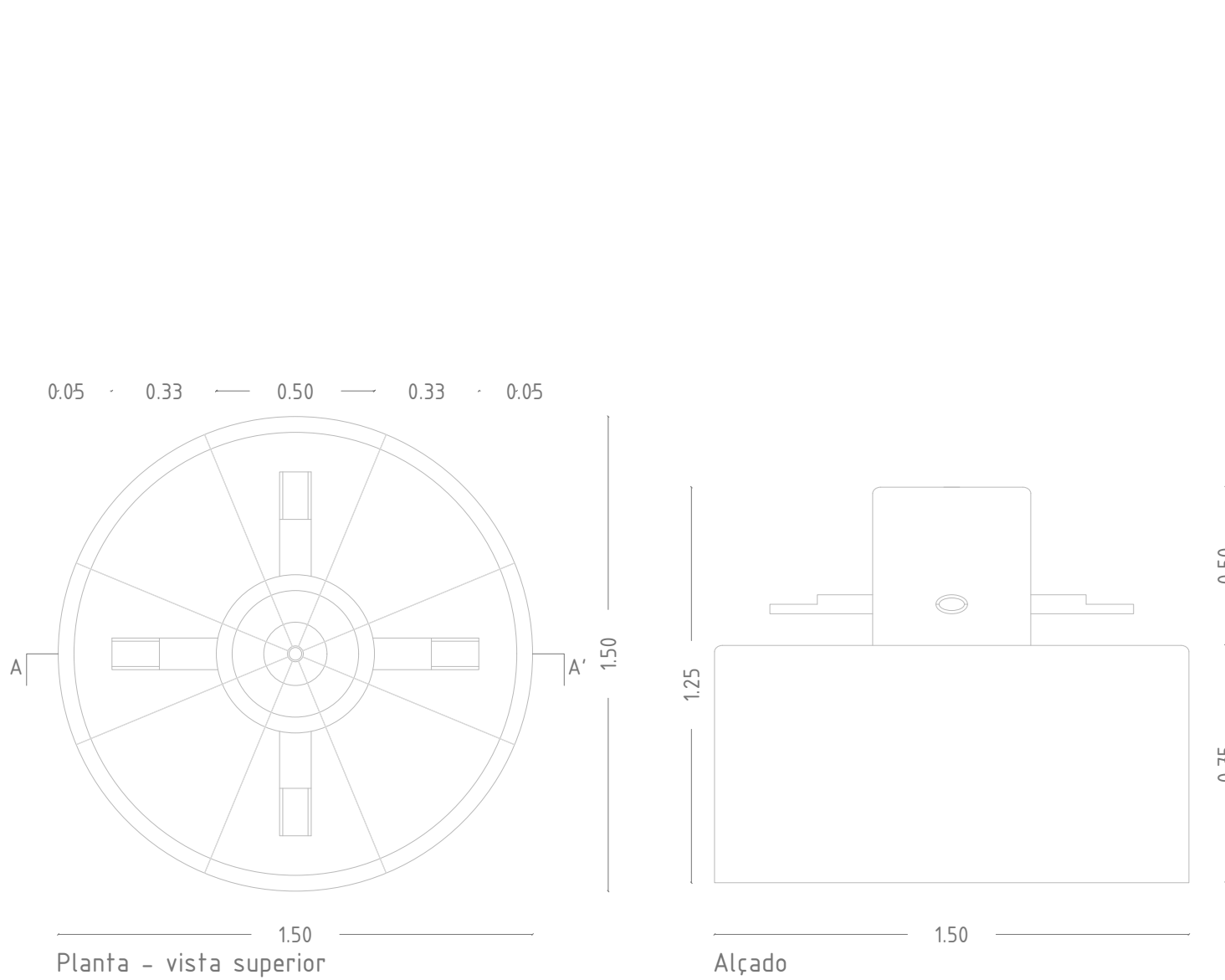


Alçado - vista interior (funcionários)

Balcão da Recepção	
Descrição	Balcão da Recepção com diferentes alturas - 3350mm x 600mm x 800mm/1100mm
Material	Tampo em vidro temperado com 10mm de espessura; estrutura em madeira revestida com placas de OSB
Observações	3 gavetas com abertura 'tic-tac' - 600mm x 350mm x 140mmH (espaço útil - 560mm x 330mm x 100mm)

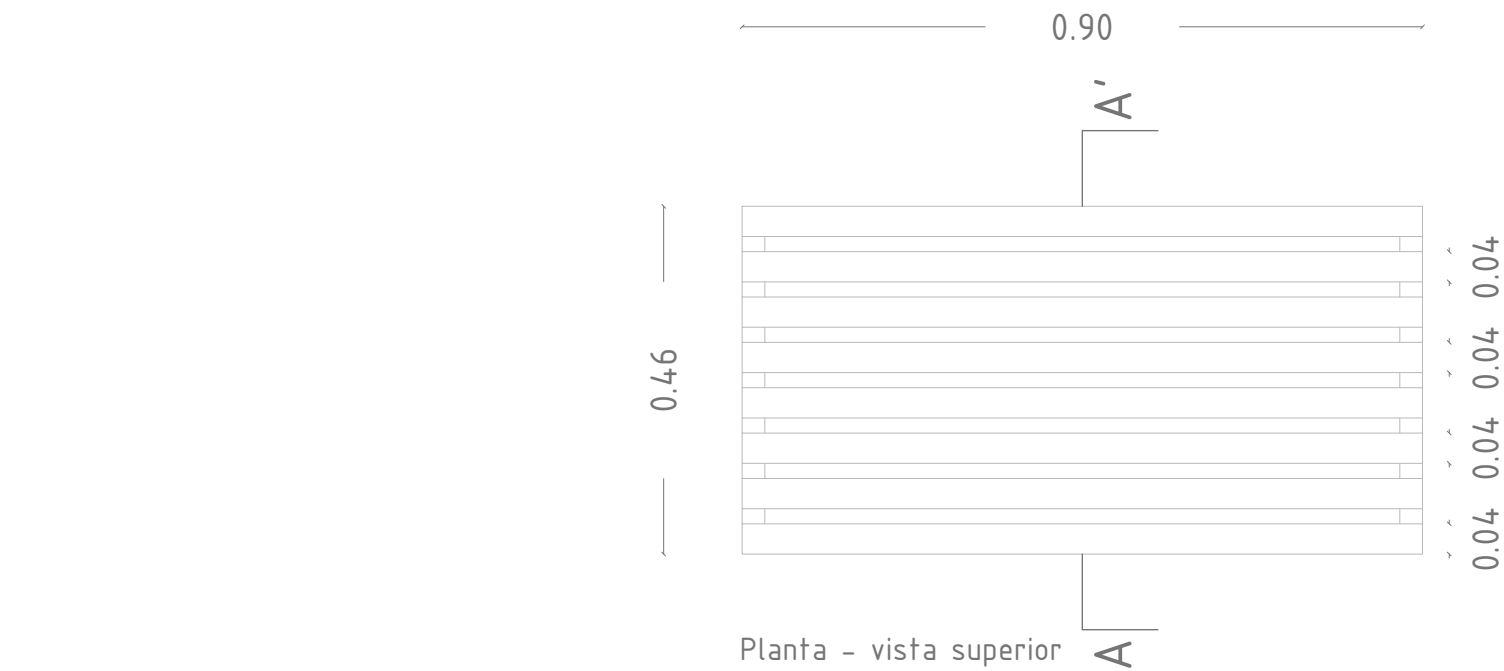


Mestrado em Design de Interiores	Costa do Sol: Recuperar o Turismo de Saúde de Acesso a Todos	Projeto Termal: Chalé S. Pedro, Rua de Olivença, nº1, Estoril	DATA: Julho 2018
		DESENHO TÉCNICO: Balcão da Recepção	ESCALA: 1/20
Doutora Graça Pedroso Prof. Pedro Rodrigues	Ana Patrícia Botelho dos Santos		DESENHO: 06.01

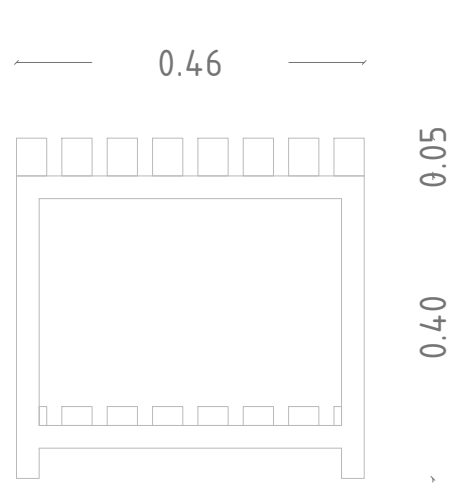


Buvette	
Descrição	Buvette para tratamento por Hidropinia - Ø1500mm x 1250mm
Material	Estrutura em pedra ou cimento
Observações	A estrutura será dividida em 8 partes para melhor transporte e construção; a fonte estará sempre ativa na saída superior, no entanto as saídas laterais terão um sensor de presença.

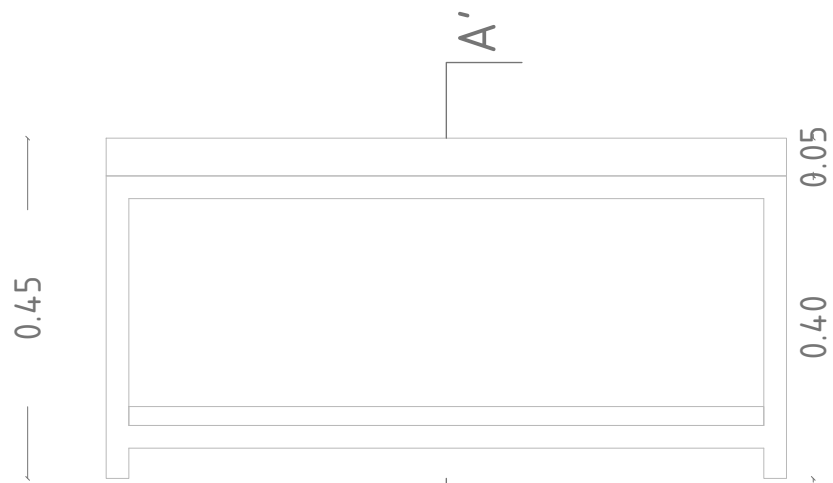
	Mestrado em Design de Interiores	Costa do Sol: Recuperar o Turismo de Saúde de Acesso a Todos	Projeto Termal: Chalé S. Pedro, Rua de Olivença, nº1, Estoril	DATA: Julho 2018
	Doutora Graça Pedroso Prof. Pedro Rodrigues	Ana Patrícia Botelho dos Santos	DESENHO TÉCNICO: Buvette	ESCALA: 1/20
				DESENHO: 06.02



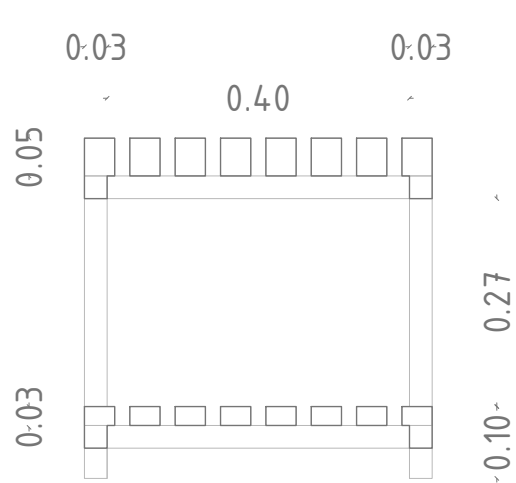
Planta - vista superior



Alçado - vista lateral




Alçado - vista frontal



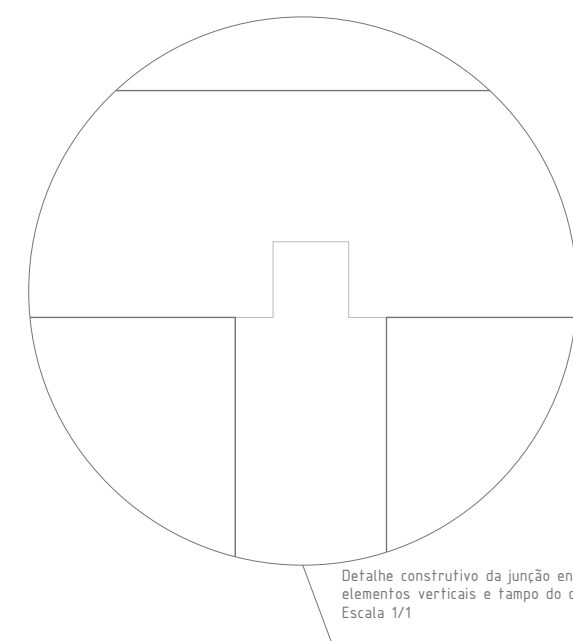
Corte AA'

Banco de apoio	
Descrição	Banco de apoio para zonas de tratamento e balneários - 900mm x 460mm x 450mm
Material	Estrutura em inox e ripas de madeira
Observações	A largura do banco varia consoante a sua localização, pelo que as medidas terão de ser aferidas em obra.

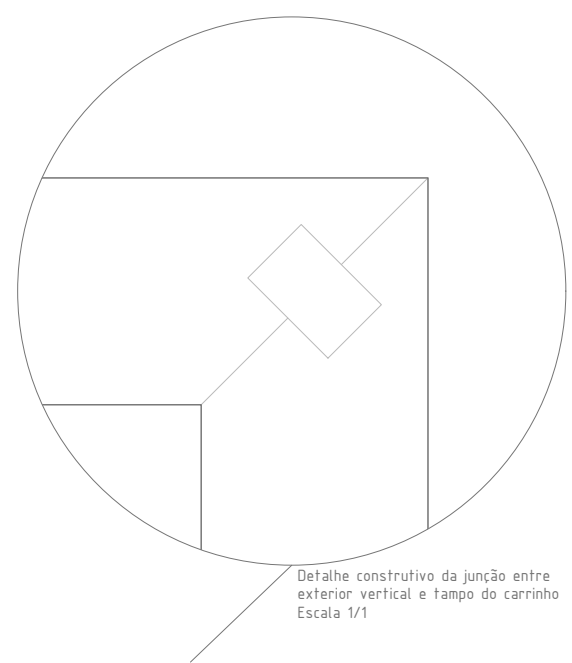
	Mestrado em Design de Interiores	Costa do Sol: Recuperar o Turismo de Saúde de Acesso a Todos	Projeto Termal: Chalé S. Pedro, Rua de Olivença, nº1, Estoril	DATA: Julho 2018
	Doutora Graça Pedroso Prof. Pedro Rodrigues	Ana Patrícia Botelho dos Santos	DESENHO TÉCNICO: Banco de apoio	ESCALA: 1/10 DESENHO: 06.03



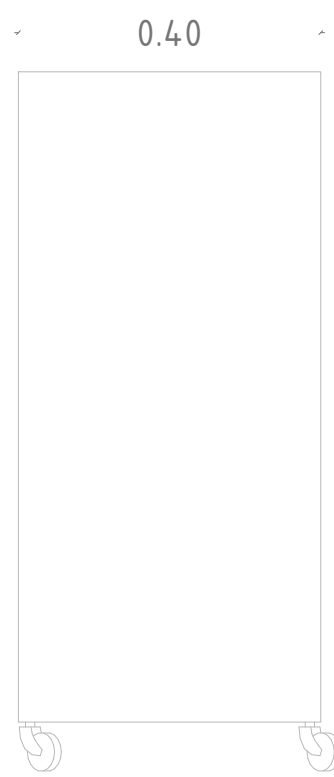
Planta - vista superior



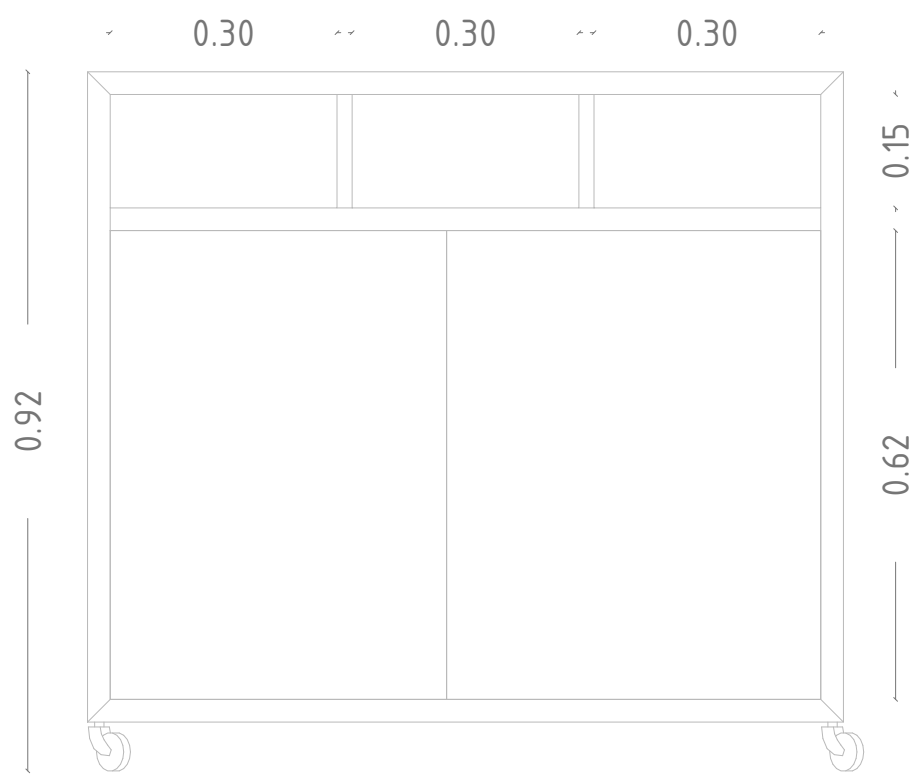
Detalhe construtivo da junção entre elementos verticais e tampo do carrinho
Escala 1/1



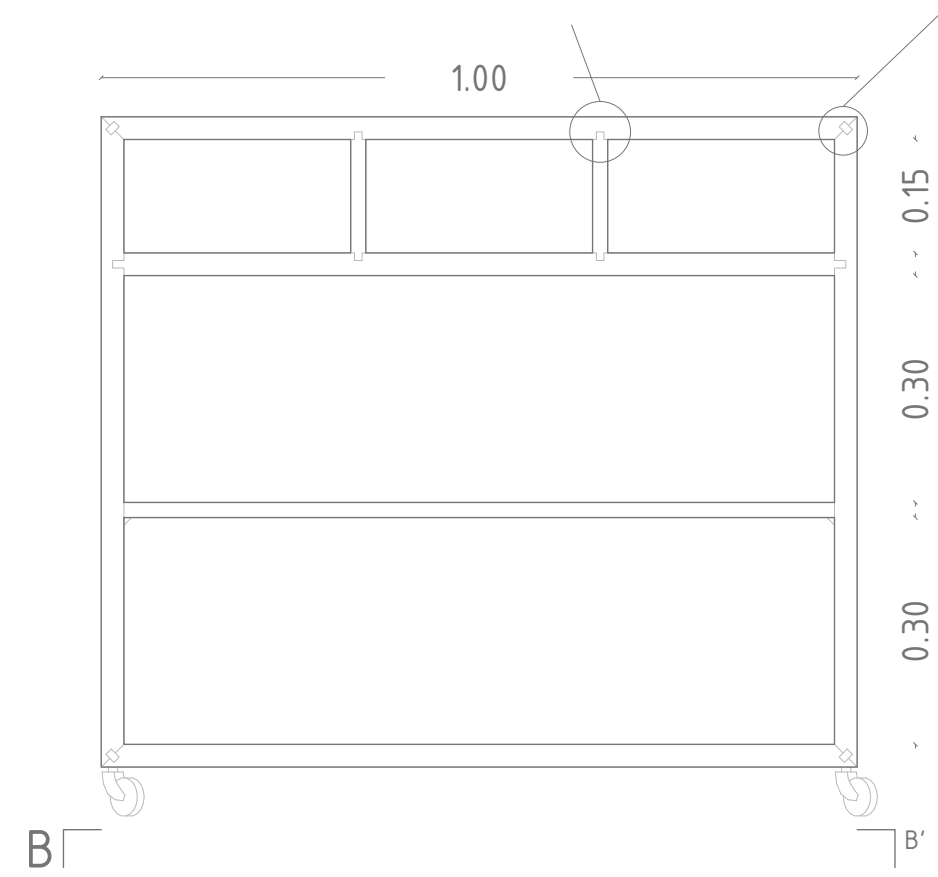
Detalhe construtivo da junção entre exterior vertical e tampo do carrinho
Escala 1/1



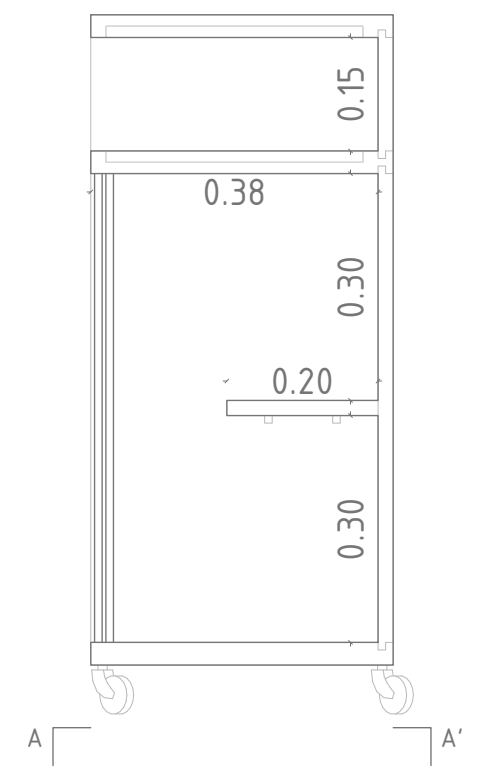
Alçado - vista lateral



Alçado - vista frontal



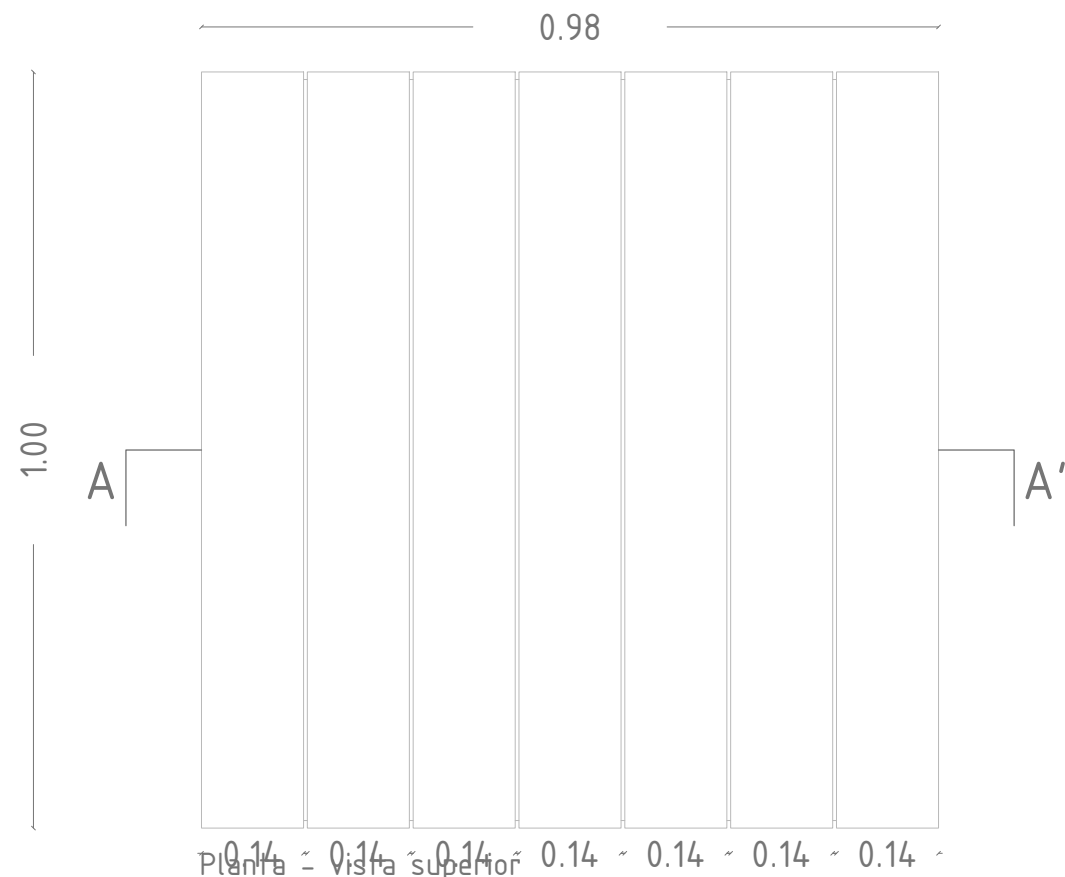
Corte BB'



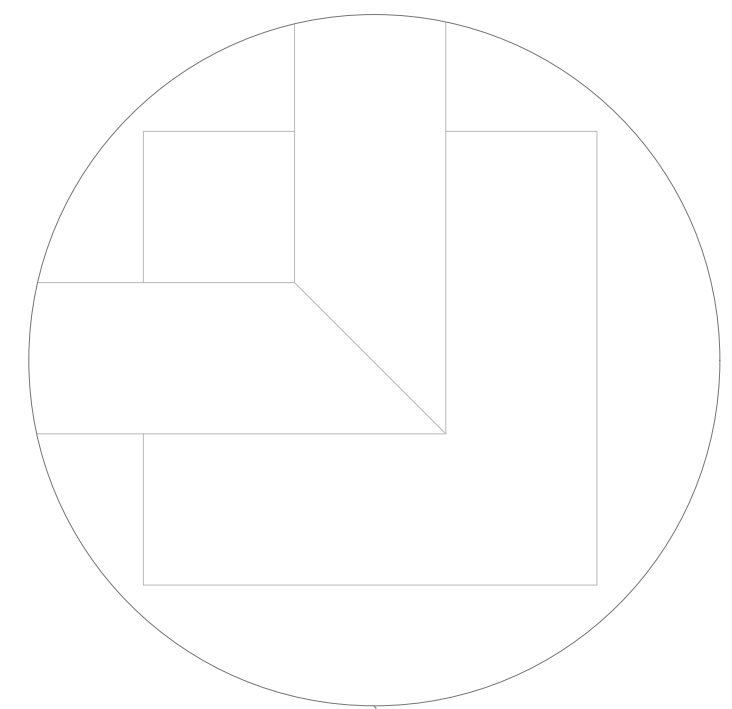
Corte AA'

Carrinho de apoio	
Descrição	Carrinho de apoio para armazenamento de produtos de massagens - 1000mm x 400mm x 920mm
Material	Estrutura e portas em madeira de faia, lacada a RAL 9010 mate
Observações	Três aberturas com 300mm x 380mm x 150mm cada; duas portas de correr; parte inferior com uma prateleira central

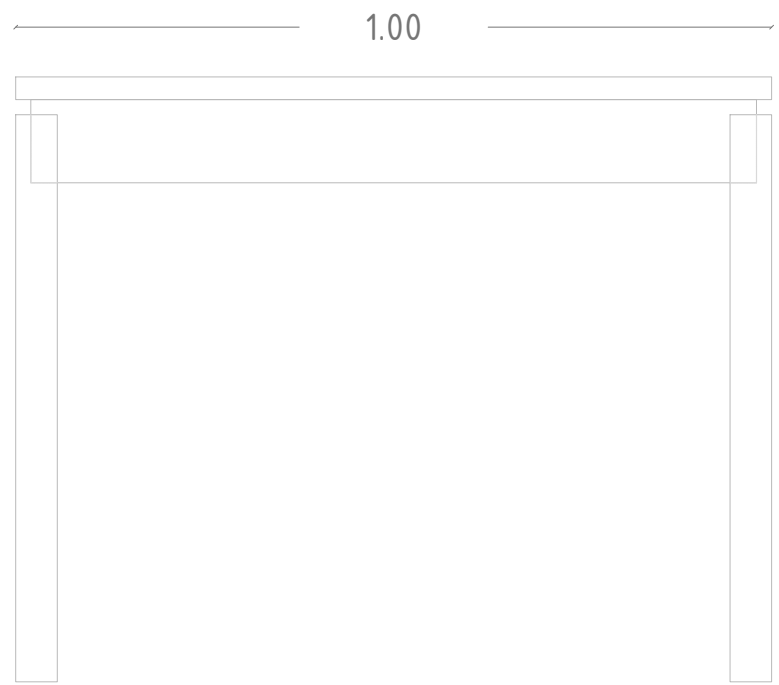
	Mestrado em Design de Interiores	Costa do Sol: Recuperar o Turismo de Saúde de Acesso a Todos	Projeto Termal: Chalé S. Pedro, Rua de Olivença, nº1, Estoril	DATA: Julho 2018
	Doutora Graça Pedroso Prof. Pedro Rodrigues	Ana Patrícia Botelho dos Santos	DESENHO TÉCNICO: Carrinho de apoio	ESCALA: 1/10
				DESENHO: 06.04



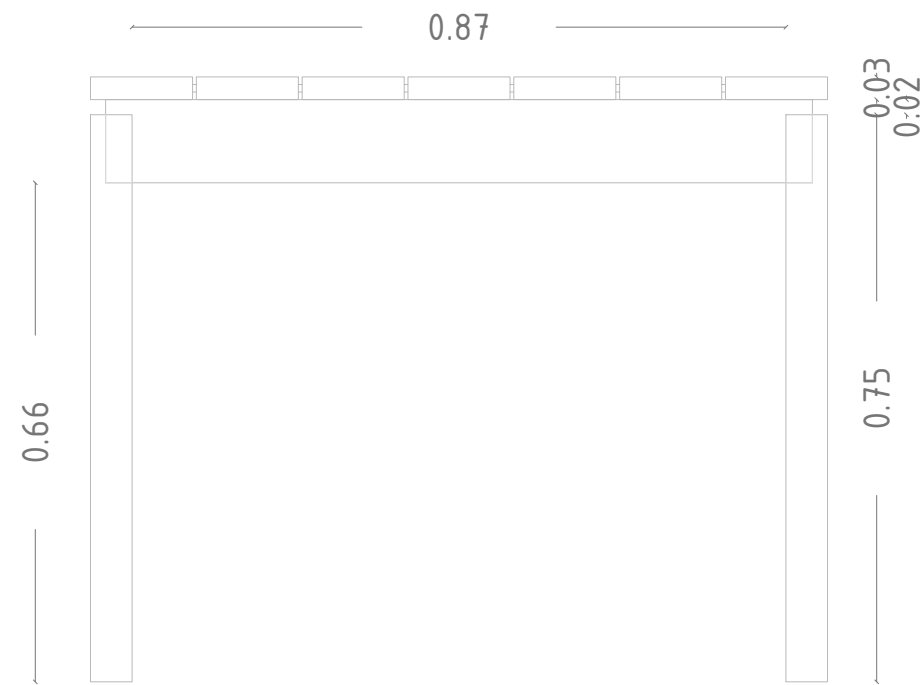
Planta - Vista superior



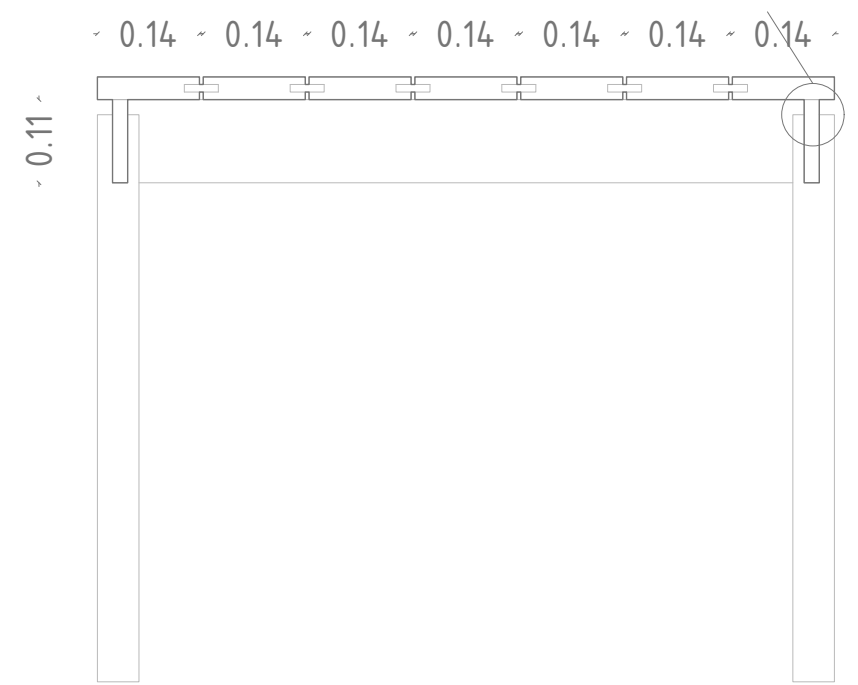
Detalhe construtivo da junção entre a peça de contenção por baixo do tampo e as pernas da mesa
Escala 1/1



Alçado - vista lateral



Alçado - vista frontal



Corte AA'

Mesa de refeição	
Descrição	Mesa de refeições - 1000mm x 980mm x 800mm
Material	Estrutura e ripas em madeira natural
Observações	

	Mestrado em Design de Interiores	Costa do Sol: Recuperar o Turismo de Saúde de Acesso a Todos	Projeto Termal: Chalé S. Pedro, Rua de Olivença, nº1, Estoril	DATA: Julho 2018
	Doutora Graça Pedroso Prof. Pedro Rodrigues	Ana Patrícia Botelho dos Santos	DESENHO TÉCNICO: Mesa de Refeição	ESCALA: 1/10 DESENHO: 06.05

